“ વૈદ્યકલ્પતરૂ ” માસિકની ૩૬ મા વર્ષની ભેટ

શારીર-સેવિકા

અથવા

આરોગ્ય–પ્રાપ્ય દર્શિકા.

A Book of Nursing & Guide to health.

કિંમત એક રૂપીઓ.

"વૈદ્યકલ્પતરૂ" માસિકની ૩૬ મા વર્ષની ભેટ

શારીર-સેવિકા

અથવા

આરોગ્ય-પાન્થ દર્શિકા.

A Book of Nursing & Guide to health.

લેખક,

ડૉકટર દયાશંકર ભાઈશંકર રાવલ

એલ. સી. પી. એન્ડ એસ.

ફીઝીશ્યન-સરજ્યન.

"રસપિંડ ચિકિત્સા"ના લેખક. મડાર (સીરોહી)

પ્રકાશક,

વૈદ્ય રવિશંકર જટાશંકર ત્રિવેદી,

તંત્રીઃ-"વૈદ્યકલ્પતરૂ" નં. ૭૪, રીચીરોડ-અમદાવાદ.

સંવત ૧૯૮૭ સને ૧૯૩૧

પ્રથમાવૃત્તિ પ્રત ૧૦૦૦

કિંમત એક રૂપીઓ.

सत्यम् दयाम् धीमहि ।

મ્હારી માતાના
હૃદયમાં
વિરાજતા
પ્રભુની પ્રેરણાથી
રઘુનંદન દયાળ શિરાલીને
—સ્નેહાંજલી—

અમદાવાદ—ધી "ડાયમંડ જ્યુબિલી" પ્રિન્ટિંગ પ્રેસમાં
પરીખ દેવીદાસ છગનલાલે છાપ્યું.



વૈદ્યરાજ યાદવજી ત્રીકમજી આચાર્ય

અર્પણ પત્રિકા.

વેદ શાસ્ત્રસંપન્ન આયુર્વેદ માર્તંડ વૈદ્યભૂષણ,

શ્રીમાન વૈદ્યરાજ યાદવજી ત્રીકમજી આચાર્ય.

આપ શ્રીમાન સમસ્ત હિંદના વૈદ્ય વર્ગમાં એક ઉત્તમકોટીના સદ્‌વૈદ્ય તરિકે પ્રસીદ્ધી પામેલા છો, આપે આયુર્વેદ ગ્રંથમાળા નામક હસ્તલિખીત જુના આયુર્વેદ ગ્રંથોને અનેક સુધારા વધારા સાથે પુસ્તકમાળાના રૂપમાં ઘણાજ પરિશ્રમ અને ધનના ભોગે પ્રગટ કરીને વૈદ્યસમાજ તેમજ જનસમાજ ઉપર આયુર્વેદિય સાહિત્યનો ભંડાર તૈયાર કરી ઘણોજ મહાન ઉપકાર કર્યો છે અને દેશની સેવા બજાવી છે.

આપે મુંબાઈમાં સૌથી પહેલાં આયુર્વેદિય પાઠશાળા સ્થાપન કરી પદ્ધતિસરનું આયુર્વેદશાસ્ત્રનું પઠન પાઠન કરાવી; અનેક શિષ્યોને તૈયાર કરી આયુર્વેદનો બહોળો ફેલાવો કરાવી દેશી વૈદ્યકનું ગૌરવ વધાર્યું છે.

નિખિલ ભારતવર્ષાય આયુર્વેદિય મહામંડળ અને વિદ્યાપીઠના સુકાનીઓ માંહેના આપ એક મહાન અગ્રગણ્ય નેતા છો; તેમજ અથાગ પરિશ્રમ વેઠીને નિ. ભા. વ. આયુર્વેદિય સંમેલનોમાં હાજરી આપી સંમેલનની સંપૂર્ણ સફળતા નિવડે એવા હરેક પ્રયત્નો આપ હંમેશા કર્યાજ કરો છો.

ટુંકામાં આયુર્વેદશાસ્ત્રની અને વૈદ્યસમાજની ઉન્નતિને માટે આપ તન મન અને ધનથી સદૈવ ઉત્સકતાપૂર્વક સેવા બજાવી રહ્યા છો, વળી આપ અમારા પરમ પૂજ્ય સ્વર્ગસ્થ પિતાશ્રી વૈદ્યરાજ જટાશંકર-ભાઈના પરમસ્નેહિ છો અને અમારા પરમ શુભેચ્છક છો. આપની ઉદાર ભાવનાઓ, ઉત્તમ વૃત્તિઓ અને માનસિક નિખાલસપણું તેમજ વિદ્વતા, નિરાભિમાનીપણું અને મીલનસાર સ્વભાવ અને નિસ્વાર્થ સેવાવૃત્તિ વિગેરે વિગેરે અનેક સદ્‌ગુણોથી આકર્ષાઇને આ લઘુ પુસ્તક આપને સવિનય અર્પણ કરૂં છું.

લી. આપનો આજ્ઞાંકિત

રવિશંકર જટાશંકર ત્રિવેદી.

પ્રકાશકનું નિવેદન.

"વૈદ્યકલ્પતરૂ"ની ૧૯૩૧ ની શારીર સેવિકા અથવા આરોગ્ય પાન્થ દર્શિકા નામની આ ભેટ આ વર્ષ માટે અપાય છે. અત્યારના જનસમાજમાં દરદો અને દરદીઓનો વધારો થતો જાય છે અને તેનું મૂખ્ય કારણ આપણામાં આરોગ્યતાનું અજ્ઞાન છે. શરીર આરોગ્ય હોય તો દરદોનો સંભવ નથી પણ શરીર નિરોગી કેમ રહે તે બાબતનું જ્ઞાન નથી તેથી આવી સ્થીતિ ઉભી થાય છે. આ શીવાય દરદીઓની સારવાર જોઈએ તે પ્રકારની થતી નહીં હોવાને લીધે જોઈએ તેવું આરોગ્ય મેળવી શકાતું નથી, તેમ દરદીઓના દરદ ન મટતાં છેવટ શરીર-દેહ છુટી જાય છે. આવી સારવાર કરવાને માટે જે જાતનું જોઈએ તે જાતનું જ્ઞાન વૈદ્યકલ્પતરૂ માસિકમાં અવારનવાર જણાવવામાં આવ્યું છે અને માસિકની ભેટો દ્વારા પણ આ જાતનું જ્ઞાન આપવામાં આવ્યું છે. સ્વર્ગસ્થ વૈદ્યરાજ જટાશંકરભાઇએ પોતાના અનુભવો રોગી પરિચર્યા, ખાનપાન, દિનચર્યા, સારી સંતતી વગેરે પુસ્તકો દ્વારા આપેલાં છે. એલોપથી અને આયુર્વેદીક બન્નેનું સમન્વય કરીને આ જાતનું જ્ઞાન ડૉ. દયાશંકર ભાઈશંકર રાવળે આ પુસ્તકમાં બતાવી તેમાં વધારો કર્યો છે, અને તે પ્રમાણે સારવાર સંબંધી બાબતો લક્ષમાં આપી સારવાર કરવામાં આવે તો જનસમાજને સારો લાભ મળે અને દરદો થતાં અટકે.

સેવાધર્મ એ ઉત્તમ ધર્મ છે અને માંદા માણસની સારવાર કરવી તે પરમ પૂન્ય છે. આથી દરદીઓને સારવારરૂપી સારો લાભ મળે છે. અમો ઈચ્છીએ છીએ કે ગ્રાહકો આ પુસ્તકમાં બતાવેલી સૂચનાઓને ધ્યાનમાં લઈ વર્તનમાં લાવશે તો ડૉ. દયાશંકરભાઈની અને પ્રકાશક તરીકેની અમારી મહેનત સફળ થઇ ગણાશે.

આ પુસ્તકમાં સારવારને અંગે ઉપાયોમાં અંગ્રેજી ઉપાયો બતાવ્યા છે. સમાજને હવે દેશી ઉપાયોની જરૂર છે અને ખાસ સહેલથી કરી શકાય તેવા ઉપાયોની જરૂર છે. ડૉ. દયાશંકરભાઇએ કેટલાક દેશી ઉપાયો બતાવ્યા છે, તે ઉપરાંત અમારા તરફથી ફુટનોટ તરીકે થોડા ઉપાયો આપવામાં આવેલા છે. આ પુસ્તકમાં દેશી શાસ્ત્રીયરીતે સારવાર અને ઉપાય આપવા જઈએ તો આ પુસ્તક મોટું થાય અને તે ઉપરાંત પુસ્તકમાં ગુંચવાડો થઈ આવે. બની શકશે તો આવો સંગ્રહ માસિકમાં પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવશે.

બે જગ્યાએ ચાર્ટ-નકશા આપવાના જણાવ્યા છે પણ સમયસર ન બની શકવાને લીધે અપાયા નથી. ગ્રાહકોને જેમને જરૂર હોય તેઓ બીજેથી મેળવી લેશે એવી આશા છે.

તા. ૩૧-૧૨-૩૦.

વૈદ્ય રવિશંકર જટાશંકર ત્રીવેદી.

ઉપોદ્ઘાત.

આ અસાર અને માયામય, સંસારની આધી, વ્યાધી, અને ઉપાધીમાં તલ્લીન માનવી પ્રતીક્ષણે પોતાના સ્વાર્થ તરફ વધુ આકર્ષાય છે. પરંતુ માનવીના મર્ણ ધર્મ, અને જન્મકાળની યાતના જોતાં સહજ સમજાય છે કે તેવી સ્વાર્થ સાધુતા કાળની કરાડમાં ક્યાંએ છિન્નભિન્ન થઇ જાય છે; અને ઘડીકમાં માનવીનું અસ્તિત્વ પલટાઇ જાય છે. કેવળ માયાના પૂજારી અને સ્વાર્થાંધ મનુષ્યો આ જોઈ શકતા નથી, કે માનવી એ કાંઈ સ્વાર્થની મૂર્તિ નથી; અને ખાસ કરીને એક પ્રસંગ એવો પણ આવે છે, કે જ્યારે સર્વ સ્વાર્થ તજી અને સેવાભાવી થવું પડે છે.

આપણે જોઇએ છીએ, કે માનવ દેહ એક વખત એવી શ્રેણીમાંથી પસાર થાય છે, કે જે વખતે તેને બીજાની મદદ લેવી પડે છે. અને તે ગમે તેવો પ્રતિભાશાળી, લક્ષ્મી સંપન્ન, અને સત્તાવાન હોય, છતાં પણ અશક્ત બની બીજાની દયાને શરણે જાય. આ સ્થિતિ તે બિમાર દશા. તે દશામાં રાય કે રંક હોય, પરંતુ તેને વ્યવસ્થીત સારવાર લેવીજ પડે છે. અને તેમાં જો જરા બેદરકારી રખાય તો તેના પરિણામો શોચનિય પણ નીવડે છે.

આવી રીતે જ્યારે માનવી દરદથી દુઃખી હોય, તે વખતે જેમ બને તેમ તેને તેના આરોગ્ય પ્રાપ્તીના સાધનો પુરાં પાડવાં જોઇએ, કે જેથી તે સંપૂર્ણ સુખ પૂર્વક આરામ પ્રાપ્ત કરે, અને આવા પ્રયત્નો જ્યારે શરૂ થાય ત્યારે માનવીના હૃદયમાં લાલસાવૃત્તિ નજ હોવી જોઇએ, નિર્લોભવૃત્તિથી સેવા ભાવે કરાએલ સેવા અને પૈસાના લોભથી થતી ભાડુતી સેવામાં ઘણોજ ફેર છે, અને તેથી તેવી ભાડુતી સારવાર કરનારના કરતાં પોતાનો આત્મજનો જો વ્યવસ્થીત સેવા કરે, તો ઘણીજ ઉચ્ચ કોટિની બને છે. અને તેથી આ પુસ્તક,—"માંદાની કેમ માવજત કરવી." તે ઉપર લખી, તેવા આત્મ-

જનોને કેળવવા માટે લખવાનો શ્રમ ઉઠાવ્યો છે.

આવી રીતે સારવાર કરનાર આત્મીય સેવીકાની ચક્ષુઓ અહર્નિષ યાતના ભોગવતા જન સમૂહથી અશ્રુ વિહોણી થાય, હૃદયમાંથી દયાના ભાવો સૂકાય, અને લાગણી પલટાઈ, સ્વાર્થ તરફ દોડે ત્યારે સેવીકાની તેવી વૃત્તિ લોકોની પ્રિતીને વશ થવામાં અંતરાય ભૂત થાય છે, તો બીજાની વાતજ શી કરવી ! સર્વથી શ્રેષ્ઠ વિરાગનો ધંધો તો માંદાની સારવારનો છે. જે લોકો વિતરાગથી કંટાળી કેવળીપદની ઇચ્છા કરતા હોય, જે લોકો આ સંસારની ઉષ્ણ ભૂમિકાથી કંટાળી શાંતિરૂપી શીતળતા સેવવા, સન્યસ્ત ધરવા ઇચ્છા રાખતા હોય, જે લોકો આ સંસારના ઉષ્ણ વાયરા ખાઈ અને નિવૃત્તિના પંથે પડવાના હોય, અને જેઓ સંસાર દુઃખીજ છે. એવી ભાવનાના હોય, તેણે તો ખાસ કરીને માંદાની માવજત ઉપરજ રહેવું. અને એવા આશ્રમો બાંધવાં, કે જ્યાં દુઃખીત અને પિડીત માનવ બાંધવો આથી સુખી અને નિરોગી થાય.

ખાસ કરીને સંન્યાસી, બાવા, સાધુ અને જેઓ માનવી સમૂદાય ઉપર પોતાનું જીવન ગુજારે છે. અને મંદિરો અને મઠોમાં આળસને આધીન થઇ, પડયા રહે છે. તેઓ જો આવી સુશ્રુષા તરફ વળે, તો તેવી સાર્વજનિક જગ્યા ખરેખર સુખ કરતા થાય, અને અસંખ્ય અનાથ માનવીઓ સુખ પામી ઘેર જાય, અગર તો ધંધા ભેળા થાય, વિધવાઓ કે જેઓની આશા અને સંસારનો વૈભવ પૂર્ણ થએલ છે. તેમણે તો ખાસ કરીને માંદાની માવજત વિષે તાલીમ લઈ, અને તેવાજ ધંધામાં જોડાવાથી માનવ સમૂદાય સુખી થશે.

ભગવાન્ જેસસ ક્રાઇસ્ટે હજારો બિમારની સારવાર કરી સાજા કર્યા હતા. ભગવાન્ બુધ્ધે, માંદાને સુપંથે ચડવા સલાહ આપી હતી, અને એવા જે જે સંત, મહંત થયા, તેણે પણ તેમજ કર્યું હતું. માટે જો દેશની આબાદાનીની ઇચ્છા હોય, તો દુઃખી દેશ બાંધવોના દુઃખ દૂર કરવા નિઃસ્વાર્થ વ્યક્તિઓની ખાસ જરૂર છે.

એવી વ્યક્તિ જો આ પુસ્તક વાંચી તે પ્રમાણે વર્તશે, તો જરૂર આ લેખકનો આશય ફળીભૂત થશે.

જ્યારે વિદ્યાભ્યાસ હું કરતો હતો, તે વખતે મને દેશ સેવા કરવાની ધગશ હતી. અને તેથી હું જ્યાં જ્યાં દરદીને જોવા જતો, ત્યાં ત્યાં તાલીમ પામેલ સારવાર કરનાર અને શાસ્ત્રીય રીતે દવા થઈ શકે છે, એ જ્ઞાનના અભાવે દરદીઓની સ્થિતિ હું દયાજનક જોતો. તે વખતે મને એમ થતું હતું. કે એક એવું પુસ્તક હોય કે જેમાં સર્વ તાલીમ આપેલી હોય, તો સમાજ વાંચી સુધરે ખરો. ભણી અને ધંધામાં જોડાયા પછી મને એમ થયું, કે સંસાર ૯૦ ટકા લે ભાગુ, અને અજ્ઞાન સારવાર કરનારના તળે દબાયેલો છે, હિંદમાં નથી સ્વચ્છતાનું જ્ઞાન, કે નથી ઉચ્ચ કોટીની કલ્પના, દેશ અત્યારે એવી સ્થિતિમાંથી પસાર થાય છે, કે આ હિંદની કાળરાત્રીની સ્થિતિ છે. પરાધીન ભારતની અજ્ઞાન મહિલાઓ, અને બિન કેળવાયેલ પુરૂષો, એ પોતાના વહેમ, ધર્મના ધતિંગ, અને જુની રૂઢીઓએ સત્યાનાશ વાળ્યું છે. સ્વચ્છ અને સુઘડ રહી, દરેક દિશામાં પ્રગતિ કરનાર વ્યક્તિને તેઓ પિછાની શકતી નથી, તેઓ તો અજ્ઞાનીના હાથમાં પુતળા રૂપે હોય છે, આ હેતુ ધ્યાનમાં લઇ, મેં વૈદક-સાહિત્ય શું છે, તે જ્ઞાન લોકોને મળે, માટે આ પુસ્તક તૈયાર કર્યું; પણ આને મળતાં "ઘરવૈદું" "શારીર" વિગેરે પુસ્તકો જોતાં મને એમ થયું. કે મારો આ પ્રયાસ કોઈની નકલ ન હોય? પરંતુ તે શંકા તે પુસ્તકો વાંચતાં નાબુદ થઈ કારણ કે આ પુસ્તકમાં તો અંગ્રેજી વૈદક શાસ્ત્રમાં જેટલું છે. તેનું ટુંકામાં તારણ આપી, અને આયુર્વેદમાંથી ઉપયોગી લઈ, અને વૈદકની સાધારણ માહીતી આપવા યત્ન કર્યો છે; એટલે હવે પુનરાવર્તન જેવું નથી.

મારા ધારવા પ્રમાણે આ પુસ્તક ડૉકટરો, વૈદો, કંપાઉન્ડરો, નર્સો, અને બધા વૈદકનો ધંધો કરનારાઓ તેમજ વિદ્યાર્થીઓને ખાસ ઉપયોગી થશે.

લી. ડાકટર દયાશંકર બી. રાવલ.

અનુક્રમણિકા.



શારીર સેવિકા

અથવા

આરોગ્ય પાન્થ-દર્શિકા.

પ્રકરણ ૧ લું.

સેવીકાની ફરજો.

ભારતવર્ષમાં રોગીની પરિચર્યા કરવાનું ખાસ કામ કોઈપણ વ્યક્તિ કરતી નથી; પરંતુ જ્યારે કોઇ બિમાર પડે, ત્યારે તેના ઘરનાજ માણસો રોગીની સેવા કરે છે. આવા કારણથી દરેક માણસે રોગીની સારવાર કેમ કરવી, તે શીખવવાની જરૂર છે. અંગ્રેજ લોકો દેશમાં આવ્યાં ત્યાં સુધી ખાસ સારવાર માટે કાંઈ સાધનો હતાં નહિ પરંતુ અંગ્રેજી રાજ્યવહીવટમાં વૈદકશાસ્ત્ર પૂર્ણ રીતે ખીલ્યું છે. અને વૈદકની દરેક શાખા વૃદ્ધી પામી છે. રોગીની સારવાર માટે નર્સોની યોજના કરી છે અને આવી નર્સો સ્ત્રીઓ અને પુરૂષો એમ બે હોય છે. નરસીંગ કલાસ કાઢી માંદાની માવજત કેમ કરવી, તે માટે ખાસ પુસ્તકો તૈયાર કરવામાં આવ્યાં છે. તેનો ખાસ સમય નક્કી કરી, પરિક્ષાઓ ઠરાવી, જે સ્ત્રી આ પરીક્ષા પસાર કરે, તે પાસ થએલ નર્સ ગણાય છે.

અમુક દરદમાં અમુક સારવારની જરૂર છે. ઑપરેશનના દરદીને, બિમાર માણસને, આંખના દરદીને, સ્ત્રીઓને સુવાવડના કામમાં, એવી રીતે દરેક કામમાં જુદી જુદી તાલીમવાળી નર્સોની જરૂર છે. જે ઑપરેશનના કામમ્રાં સારવાર કરનાર નર્સ હોય, તે "સરજીકલ નર્સ"

કહેવાય, અને જે વૈદક કામમાં મદદ કરનાર હોય, તે "મેડીકલ નર્સ" કહેવાય છે.

જે બાઈ નર્સ થાય, તે ખાસ પવિત્ર, ચારિત્રવાળી, શાન્ત અને માયાળુ તેમજ સ્વચ્છ હોવી જોઈએ. પોતાની ફરજમાં કંટાળો લાવનાર, આળસુ અને લોભી નર્સ યશ પામતી નથી.

નર્સનું કામ પુરૂષો કરતાં સ્ત્રીઓ વધારે સારી રીતે કરી શકે છે. ભારતવર્ષમાં વિધવાઓ અને સાધુડીઓ જો આ કામ માથે લઈ કરે, તો તેઓ જરૂર હિંદને સ્વર્ગ બનાવી મૂકે. પુરૂષ કરતાં સ્ત્રીમાં સેવા ભાવ વધારે છે. મૃદુતા અને મિઠાશ સ્ત્રીનો ગુણ છે. એટલે પુરૂષો કરતાં સ્ત્રીઓ સારૂં કામ કરી શકે છે.

દરેક નર્સે પોતે સવારે વહેલાં ઉઠવું જોઈએ અને ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરવું જોઈએ. સ્નાન કરવાનો વિધિ દરેક દેશનો જુદો હોય છે. જે રિવાજ વિલાયત અગર અમેરિકામાં છે, તે આપણા હિન્દમાં નથી. પરંતુ સાધારણ રીતે સ્નાન એ શરીરને સ્વચ્છ કરે છે, સ્ફૂર્તિ લાવે છે અને આનંદ આપે છે, માટે દરેક નર્સે ઠંડા જળથી સ્નાન કરવું. શીયાળાની અતિ ઠંડીમાં લોહીના જેટલીજ ઉષ્ણતાવાળા પાણીમાં સ્નાન કરવું. સ્નાન કરતી વખતે શરીરના દરેક ભાગને બરોબર ચોળી સ્વચ્છ કરવો અને પછી કાંઈક ચામડીને સાફ કરવા લગાડવું. અંગ્રેજી શમ્પમાં આપણે સાબુ વાપરીએ છીએ. જે સાબુ વાપરે તે સુધરેલ, અને ન વાપરે તે જંગલી ગણાય છે. સાબુ શરીર પરથી કાઢી નાંખી અને પછી કપડાંથી શરીર સ્વચ્છ કરવું. આપણા પૂર્વાચાર્યો મગ, ચણા અને જવનો આટો, તેલ, હળદર અને અત્તર મેળવી વાપરતા અને તે શરીરની ચામડી ઉપર ચોળતાં, ચોળતાં, તે ખરી પડે ત્યાં સુધી ચોળતા હતા. આ રીત સર્વોત્તમ છે અને તેવી રીતે સ્નાન કરનારની ચામડી ઘણીજ સ્વચ્છ રહે છે. નાહ્યા પછી લૂછવા માટે રૂમાલ ખરબચડો, પાણી ચુસે તેવો રાખવો અને તેનાથી શરીર લૂછી સ્વચ્છ કપડાં પહેરી લેવાં.

નાહ્યા પછી આર્ય લોકો પ્રાણાયમ સૂર્ય સામે બેસી કરતા હતા. પ્રાણાયમની રીત "રસપિંડ ચિકિત્સા"ના પૃષ્ટ ૧૨૦ ઉપર આપેલ છે, તે જોઈ લેવી. સૂર્ય સામે બેસી શરિરને સ્થિર કરી શ્વાસ ઉંડા ખેંચવા. તેમ કરવાથી ફેફસાં સાફ થાય છે. શીકાંગો શહેરમાં નરસીંગ એસોસીએશને શ્વાસ ઉંડો કેમ ખેંચવો, તે માટે ખાસ નિયમ ઠરાવેલ છે અને આ ક્રિયા કરવીજ જોઈએ, એમ ભાર દઇને જણાવેલ છે. બારીના સામા ઉભા રહી મોઢું બંધ કરી નાકથી લાંબા શ્વાસ ખેંચવા અને સાથે સાથે હાથને પણ ઉંચા નિચા ખેંચવા. માથા ઉપર બંને હાથ એકઠા થાય ત્યારે અંગ્રેજી ચાર "ફોર"નો ઉચ્ચાર કરવો. અને પછી આપણે સીસોટી વગાડીએ તેમ શ્વાસને મોઢામાંથી બહાર કાઢવો અને માથા ઉપરથી હાથને ધીરે ધીરે નિચે પસારવા. આગળ નીચા નમી, કોણીને છાતીની બાજુમાં દબાવવી અને હવા બહાર કાઢવી. આવી રીતે શ્વાસ લેવો અને કાઢવો. શ્વાસ લેતાં હાથ ઉંચા કરવા અને શ્વાસ બહાર કાઢતાં હાથ નીચા કરી છાતી સાથે દબાવવા. આથી શ્વાસ લેવામા અને બહાર કાઢવામાં ઠીક પડે છે. શ્વાસની કસરત કરવાથી ફેફસાં સ્વચ્છ થાય છે.

ખોરાક સાદો, પોષણકારક અને શરીરને પોષણ મળે તેટલો લેવો. અતિ આહાર અને માદક પદાર્થનો ત્યાગ કરવો, તેમ કરવાથી શરીર સુસ્ત થાય છે અને સારવારમાં હરકત આવે છે. પોતાનો સ્વભાવ ચપળ રહે તેવો શુદ્ધ ખોરાક લેવો. પાણી સ્વચ્છ અને શુદ્ધ પીવું. ખોરાક કેવો, કેટલો, કેવી રીતે રાંધેલો લેવો, તે ઘણીખરી શાળાઓમાં શીખવવામાં આવે છે, પરંતુ અહીં એટલીજ સૂચના કરવામાં આવે છે, કે ખોરાક તમારા શરીરને એવો હોય, કે તેનાથી સવારે એક વખત દસ્ત આવે.

નર્સના માટે ખાસ ઉપયોગી કામ એ છે, કે તેણે ડૉકટરની મદદમાં રહી અને દરદીની બરોબર સારવાર કરવી. પ્રથમથીજ અમુક

નિયમો ઘડાયેલાં છે એટલે તે સઘળાં આ પુસ્તકમાં આપવામાં આવશે, તે પ્રમાણે દરેક સુશ્રુષા કરનારે વરતવું અને તેમ કરવાથી દરદી સારો થશે. મારા ઘણાં કેસોમાં એમ બન્યું છે, કે સારવારના અભાવે તેવા કેસો ખલાસ થયા છે, જ્યારે અસંભવિત કેસો સારવારથી સારાં થયાં છે; માટે સારામાં સારી સારવાર, દરદના પ્રમાણની દવા, ડૉક્ટર અને દરદી આ ચારે બરોબર હોય, તો જ કેસ સુધરે છે, માટે હવે પછીના પ્રકરણોમાં ખાસ સારવાર માટે લખવામાં આવશે.

પ્રકરણ ૨ જું.

સેવિકાની આવશ્યકતા.

વૈદકના વિષયમાં સેવીકાની જરૂર પડે છે. હવે દરદીની સારવાર સાથે દવા કરવી, તે કુદરતી છે કે કેમ તે જોઇએ. હજારો પૂર્વે આપણામાં દવા કરવાની રીત છે. શરીરને શોધવાને માટે ઘણા યત્નો થયાં છે. શરીરની નસેનસ અને દરેક માંસપેશી અને હાડકાંને ગણી ગણીને નામ આપેલ છે. યોગશાસ્ત્ર, શારીરશાસ્ત્ર, વિગેરે શરીરને શોધવાના સાધન છે અને તે ઉપરથી શરીરનો કયો ભાગ બગડયો છે, તે તપાસી તેના રોગની દવા થાય છે. આ દવા ખનીજ, વનસ્પતિજન્ય અગર પ્રાણીજન્ય થાય છે. આવી રીતે દવા મુખવાટે, ચામડીવાટે, ફસવાટે, માંસપેશીવાટે, ગુદાવાટે અપાય છે. આ કામ ખાસ પાસે રહેનાર વ્યક્તિએ જાણવાનું છે.

આપણે વાંદરાના ટોળામાં નજર કરીએ તો બિમાર વાંદરાને તેમાંનો કોઈ કાંઈ લાવી ખવરાવે છે, એટલે તે સાજો થાય છે. આવી રીતે દવા વાપરવાનું પશુ, પંખી વિગેરેમાં છે, એટલે તે પદ્ધતિ શાસ્ત્રીય છે. બાઈબલમાં પણ ઈસુ ભગવાને દરદીને દવા કરી સાજા

કર્યાના દાખલા છે. રામાયણમાં લક્ષ્મણને શક્તિ વાગેલી તેના ઉપર ધનવંતરીએ દવા કરી હતી. એટલે દવા તે શાસ્ત્રીય અને પુરાણી પદ્ધતિ છે, માટે દરદીની દવા શાસ્ત્રીય રીતે કરવીજ જોઈએ.

જ્યારે દરદ થાય, ત્યારે માનવી અનાથ બને છે અને તેવા દરદમાંથી બચવા યત્ન કરે છે. આ વખતે તેને ખાસ મદદ લેવી પડે છે. એક તો દવા કરનારની, સારવાર કરનારની અને કુદરતની. દવા અને સારવાર ડૉકટર અને નર્સ કરે; જ્યારે કુદરતના હવાપાણી અને પ્રકાશ દરદ ઘટાડવા યત્ન કરે. આમ બને તોજ દરદી સારો થાય. દરદ આવે ત્યારે સ્વચ્છતા વધારે રાખવી પડે છે, અને તેવા વખતે ખાસ કેળવાયેલ વ્યક્તિની જરૂર પડે છે. યાતના ભોગવતાં આત્માને શાંતી આપવા ઉપચાર યોજવાની જરૂર પડે છે, અકસ્માત ન થાય તેનું ધ્યાન આપવું પડે છે, નબળાઇમાં ટેકાની જરૂર રહે છે, અને મંદવાડમાં માવજતની જરૂરીઆત છે. આવી બધી સારવાર "સેવીકાના" મથાળા નિચે આવે છે. મને એક કેસમાં ખાસ યાદ છે, કે એક વહોરાની સ્ત્રી નાની ઉંમરની હતી, અને તેને સુવાવડમાં અશક્તિ વધી પડી. મેં ખાસ નર્સ રાખવા સૂચના આપી, પણ દૈવબળથી તેનો અસ્વીકાર થયો. બારમે દિવસે બાઈ જાજરૂ જવા ગઈ, અને પાછી ફરતાં ચક્કર આવ્યાં, પડી ગઈ, મગજમાં લોહી નીકળ્યું અને પરિણામે બાઇ બેભાન થઈ ગઇ અને ત્રીજે દિવસે મરી ગઈ. હવે આ કેસમાં પ્રથમથીજ નર્સ રાખી હોત તો બાઈ આવા સંયોગમાંથી પસાર થવા ન પામત. આપણા દેશમાં આવી કેળવણીની ખામી છે. અજ્ઞાન અને વહેમી ડોશીઓ, ભુતપ્રેતના બહાના નિચે તે વ્યક્તીઓને ખરાબ કરે છે. લાંબા નખવાળી દાયણો સુવાવડમાં ઉપદ્રવ ઉત્પન્ન કરે છે. અજ્ઞાન અને જુની રૂઢીના આવો ધંધો કરતા લોકો ઘણીજ હાની કરે છે. સમાજને મારી સૂચના છે, કે તેઓ આવા લેભાગુથી બચે અને શાસ્ત્રીય તેમજ નિર્ભય સારવાર ઉપર આધાર રાખે. વિદ્વાનના હાથે મરવું ભલું, પરંતુ અજ્ઞાનીના

હાથે જીવવું ખોટું; કારણ કે મરીએ તોપણ વિદ્વાન સુખપુર્વક મરવા દે અને જીવીએ તો અજ્ઞાની કાંઇક ખોડ મુકે, કે જીવો ત્યાંસુધી શલ્ય કાયમ રહે.

આપણા ભારતવર્ષમાં સારવાર માટે નાણાં પણ ખાસ નથી, એવી માન્યતા છે તે ખોટી છે. પરદેશ જતું નાણું બચાવી, જો રોકવામાં આવે તો સારા ભારતવર્ષને તો શું ? પરંતુ સારી સૃષ્ટિની માનવ જાતને પોષવા હિંદ તૈયાર રહેશે. હિંદની સંસ્કૃતિ જુની છે. હિંદ એક સુધરેલ દેશ છે. હિંદમાં દયા, દાન, શૌર્ય, તેજ અને પ્રભા ઉભરાય છે. હિંદમાંજ બુદ્ધ, પાર્શ્વનાથ, કૃષ્ણ, રામ, ભિષ્મ અને અર્જુન જેવાં થયા છે.

હિંદમાંજ સુતરનો વણાટ વણાતો હતો, અને આ વિશ્વને વસ્ત્ર હિંદજ પુરતું હતું. હિંદના ધનવંતરીઓએ સકલ સૃષ્ટિનું ધ્યાન ખેંચ્યું હતું અને હજી ખેંચતા જાય છે. ભગવાન પતંજલી જેવાએ વાણીનો મેલ દૂર કરવા, વ્યાકરણ રચી સારી સૃષ્ટિ ઉપર ઉપકાર કર્યો છે. આવી ભૂમિ તે અત્યારે અંધકારની ગર્તામાં ગબડી પડી છે. જે ભૂમી કૃષ્ણ અને રામની હતી, તે આજે આવા ઘોર અજ્ઞાનના અંધકારમાં ગબડી પડી છે, તે આશ્ચર્યની વાત છે. ભારત વર્ષની ભામિનિઓ તરફ નજર કરતાં એક ઉંડો નિશ્વાસ નાંખવો પડે છે. તેમને પોતાની ફરજનું જેટલું ભાન છે, તેટલું ચોકખાઈનું નથી; જેમને તેવો વિચાર છે, તેમનામાં ચારિત્ર્ય નથી; જેમનામાં ચારિત્ર્ય છે, તેમનામાં આત્મ સંભાવના નથી; જેમનામાં આત્મ સંભાવના છે, તેમનામાં વિદ્યા નથી; અને જેમનામાં વિદ્યા છે, તેમાંના ઘણાં પાસે વિત્ત નથી; અને જેમની પાસે વિત્ત છે, તેમની પાસે શેવા વૃતિ નથી. આવી સ્થીતિ જ્યાં હોય, ત્યાં વ્યવસ્થા વળી હિંદની જ્ઞાતીઓ એવા બંધારણવાળી છે, કે નર્સિંગના ધંધા પ્રતી દરેક આકર્ષાઇ શકતી નથી. હિંદની ધર્મ વ્યવસ્થા એવી છે, કે આવા ઉત્તમ સેવાભાવથી દૂર રહેવું પડે છે. રૂઢીઓ એવી છે, કે જ્યાં સ્ત્રીઓને ગુલામ બના-

વાય છે. આ ધંધામાં ખાસ સ્ત્રીઓનું ધ્યાન પ્રવર્તે, તો જરૂર દુઃખી આત્માને આરામ મળે. વિધવાઓ કે જેના સુખસાગરના જળ સુકાઈ ગયાં છે, જેના સૈાંદર્ય મનોરથનો સૂર્ય અસ્ત પામ્યો છે અને જેની સંસાર યાત્રા પૂર્ણ થઈ છે, તેઓ જો ખાસ આ ધંધામાં પડે, તો તેઓ સારૂં કામ કરી શકે. હસતા ચ્હેરે, સુકોમળ હસ્તે, નીતરતા હૃદયે, ઉમળકાથી પવાતી દવાઓ અને થતી સારવારથી કોને સુખ નથી થતું ? મેં ઘણાં એવા કેસો જોયા છે, કે સારવારમાં બાલકુલ સુખ પુરૂષોથી અપાતું નથી; એટલેજ પુરૂષો કરતાં સ્ત્રીઓ, અને સધવાઓ કરતાં વિધવાઓ સારૂં કામ કરી શકે છે. સંન્યાસીઓ અને વૈરાગીઓ જો આવા કામમાં ઉદ્યક્ત થાય, તો વળી અનેરો રંગ જામે.

કુદરત એક સરસ મદદગાર છે. તેની મદદથી દરેક દરદ સારાં થાય છે. દરેક દરદમાં કુદરત પણ પોતાનું કામ કરે છે, એટલે કેટલીક વખત કુદરતને અનૂકુળ થવાથી ઠીક પડે છે. ન્યુમોનીઆમાં તાવ ચડે છે; ૧૦૩° સુધી અગર ૧૦૪° સુધી હોય છે. આનો અર્થ એ કે છાતીનો સોજો ઘણોજ કાચો છે અને તે પકવવા તાવ ચડે છે. ડૉકટરો તાવ ઉતારવા યત્ન કરે છે. બરફ, કૉલનવૉટરનો ઉપયોગ કરે છે. આ રીત તાવ ઉતારવા માટે મેં હાનિકારક જોઈ છે, પરંતુ આવા વખતે દરદીને શેક કરવો. અને શેકથી પરસેવો વળી તાવ હલકો પડશે અને સોજો પણ પાકશે. તેથી ઉધરસ વાટે બલગમ નીકળી, દરદીને આરામ થશે. અલબત બહુ તાવ હોય, તેને ઓછો કરવા યત્ન કરવો, બરફ–કોલનવૉટર વાપરવાં, પણ તે થોડો તાવ ઉતારવા પુરતાંજ, કાયમ નહિ. આવા કેસોમાં ગમે તેવાં ઉપાયો લીધા છતાં, તાવ ઉતરતોજ નથી, માટે ખંત અને હિંમતથી સારવાર કરવી. પેટમાં મેલ વધવાથી ઝાડા અથવા મરડો થાય છે, કુદરત ઝાડા કરી મેલ કાઢે છે. આ વખતે આપણે દરદીને જુલાબ આપી, કુદરતના કામમાં મદદ કરવાની છે, પરંતુ જો ઝાડા બંધ કરવા માટે

દવા આપીએ, તો પેટ ચડે અને દરદી સારો ન થાય, માટે દરેક દરદમાં કુદરત પોતાનું કામ કર્યે જાય છે. દરદ પોતાનું જોર અજમાવે છે, ત્યારે કુદરત પણ તેવુંજ જોર અજમાવે છે. આવી લડતમાં શરીરને વધારે શોષવું પડે છે, ત્યારે ખાસ માવજતની જરૂર છે. શરીર થાકે નહિ કારણ શરીર એ દરદ અને કુદરતની લડાઈનું ક્ષેત્ર છે, તે ક્ષેત્ર બરોબર રાખવાં. સેવીકાએ પોતાનો ધર્મ બજાવવાનો છે અને જો સેવીકા શરીરરૂપી ક્ષેત્રને મંદ પડવા દે, તો પરિણામ મૃત્યુજ આવે છે; પરંતુ જો ક્ષેત્ર રૂપી શરીરને સેવાથી અને દવાથી સતેજ રાખે, તો કુદરત ફાવી પરિણામ સારૂં આવે છે.

ડૉકટર અને નર્સ બંન્ને કુદરતના મદદગાર છે, માટે ઉપરનાથી સમજાયું હશે, કે બંન્નેએ કુદરતનેજ મદદ કરવાની છે. અને ખાસ યાદ રાખવું, કે ખરો આરામ કુદરતજ કરે છે, અને તેથી ખાસ કુદરતનેજ મદદગાર બનવાને યત્નશીલ થવું જોઈએ, ડૉકટરે દવા આપવી, અને સેવીકાએ સેવા કરવી. આ રીતે કરવાથી દરદી આરામ પામે છે. હવે જો દરદીને દરદ વિગેરે બીજાં ચિન્હ થાય, તો ડૅાકટરે દવા આપવાની છે, અને નર્સે સારવાર કરવાની છે. આવા સંયેાગમાં કુદરત મદદ ઓછી કરે છે. જો શરીરના અવયવો શરીરના કચરાને બહાર કાઢવાનું કાર્ય બરોબર ન કરતાં હોય, તે વખતે તે અવયવોને સતેજ કરવાની દવા આપવાથી કચરો બહાર વધારે કાઢે છે. અગરજો અમુક અવયવ વધારે કામ કરી, હદ બહાર વસ્તુને બહાર કાઢતું હોય, તો ડૅાકટરે દવા આપી તેને ઓછું કરવા યત્ન કરવો જોઈએ; અતીશય તાવને ઉતારવા ઉપચારો કરવા જોઈએ, હૃદય અતિશય ધડકે તો તેને નરમ પાડવા યત્ન કરવાનો છે. આવી રીતે ડૅાકટરે દવા અને નર્સે સારવાર કરવાની છે, અને કુદરતનેજ વશ વર્તવાનું છે. વૈદકશાસ્ત્ર કુદરતને મદદ કરી દરદને નાબુદ કરવા યત્ન કરે છે, પરંતુ દરદ મટાડવા માટે તે દાવો કરતું નથી. દરદ કુદરત મટાડે છે, ફક્ત ઉંટવૈદોજ કહે છે, કે અમારી દવા દરદ

હઠાવી મટાડે છે. દરદને કુદરત હઠાવી મટાડે છે, અને ડૅાકટરની દવા ફક્ત મદદ રૂપેજ છે, માટે દરેક માનવીનેા ધર્મ છે, કે તેણે કુદરતને વશ વર્તી અને સારવાર સેવીકાદ્વારા કરાવી, ડૅાકટરની દવા તુરતજ શરૂ કરવી. જો ડૅાકટર કુદરતને આધીન વરતે, તેા કુદરત તેને ખૂબ મદદ કરે છે. દરદીને કુદરતી સંયેાગેામાં મૂકી, અને તેની સારવાર કરવાની છે. આવી સેવિકાએ પેાતાના ધંધામાં કુશળ થવા દરેક યત્નેા કરવાનાં છે. સમાજની ટીકા તરફ બેદરકારીથી રહી, અને આ પવિત્ર કામ ખંતથી કરવાનું છે. માંદાંની માવજતમાંજ ખરૂં પૂણ્ય છે. સેવિકાએ દવા આપવાની છે અને ખેારાક બનાવી આપવાનેા છે. દરદીને અનૂકુળ ડૅાકટરના કહેવા પ્રમાણે તેને પેાષણ આપવાનું છે. દરદીના ઓરડાની સ્વચ્છતા જાળવવાની છે, ગરમીનું માપ રાખવાનું છે અને હવામાન પણ જોવાનું છે. સ્વચ્છ અને હવાને અનૂકુળ કપડાં વાપરવાનું કામ પણ નર્સનુંજ છે. દરદીની પથારી પણ તેણેજ બનાવી સ્વચ્છ અને શુદ્ધ રાખી સાચવવાની છે. દરદીની સારવાર કરી, અને તેને થતાં બધાં ચિન્હ ડૅાકટરને કહી તેની દવા મેળવી લેવાની તેની ફરજ છે,

સેવીકા ધર્મ એ એક સુંદર કળા છે, અને તે જન્મસિદ્ધ હેાય, તેા તેા તેમાંજ હદજ વળે છે. કુદરતી સેવીકા ધર્મનું વલણ જો કે સરખુંજ છે, અને સેવીકા ધર્મ માતૃ ધર્મમાં સમાય છે. સારી સૃષ્ટિ માતૃ–તત્વથી પેાષાએલી છે. અને સ્ત્રીમાં જે માર્દવતા રહેલી છે, તે પુરૂષમાં નથી. એટલે સેવીકાનું કામ ખાસ કરીને સ્ત્રીઓએ જ કરવાનું છે. હવે આવી નરસીંગનેા ધંધેા કરતી સ્ત્રીઓ પેાતાનેા પહેરવેશ કેવેા રાખે, તે માટે યુરેાપ, અમેરીકાની નર્સીંગ સ્કુલેાએ ખાસ સગવડેા કરી છે, અને પાસ થએલ સ્ત્રી પેાતાના માથે ટેાપી, એક ગળાથી પગ સુધીનેા ખમીસના જેવેા બાંયેાવાળેા ઝભ્ભેા અને કમર ઉપર પટા જેવી પટી. આ ડ્રેસ સફેદ હેાય છે અને જે સ્ત્રીઓ તેવી રીતે પાસ થયેલ ના હેાય, તેઓ કમર ઉપર એક

ફેંટીયું બાંધે છે. આવી રીતે આપણે હસ્પીતાલોમાં જઈ અને જોઇએ તો કેવી સુંદર નર્સો દેખાય છે? આ ડ્રેસ દરેક સ્ત્રીને શોભે છે અને તે દરેકે પહેરવો ઘટે છે.

નર્સ માટે ખાસ નિયમો–

૧. નર્સનો સ્વભાવ શાંત અને સહનશીલ જોઈએ. ગમે તેવો તેને શારિરીક અગર માનસિક શ્રમ પડે, તોપણ તેણે તેનો સ્વભાવ શાંત અને સહનશીલ રાખવો.

૨. "નર્સનું શરીર સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત જોઇએ."

૩. નર્સના માથાના વાળ સ્વચ્છ રીતે ગુંથેલાં જોઈએ.

૪. દાંત જો સ્વચ્છ ન હોય, તો મોઢું વાસ મારે છે અને તેથી પ્રતિષ્ટા ઘટે છે. વળી તેનાથી પોતાની તંદુરસ્તી ઘટે છે. નર્સ જ્યારે નોકરી ઉપર હોય ત્યારે તેણે એવી ચીજો ન ખાવી, કે જેથી શ્વાસ ગંધાય. કુંગળી લસણ વિગેરે ન ખાવું.

૫. પગની બરોબર સંભાળ રાખવી, કે પગ ઉપર બરોબર વસ્ત્રો છે કે નહીં. પગમાં ચિરાડા અને પગની ખરાબ સ્થિતિથી દરદીનો ચેપ ચડે, તો રોગ થવા સંભવ રહે છે. અને પગના બુટની એડી બહુ ઉંચી ન રાખવી અને બુટ પગની બરોબર આવે તેવા મોજાં સાથે પહેરવા.

૬. કોઈ પણ પ્રકારનું ઘરેણું પહેરવાને માટે ખાસ નિયમ નથી. પણ બની શકે ત્યાં સુધી ઘરેણું પહેરવું નહિ અને સ્ત્રીએ સૌભાગ્ય ચિન્હ તરીકે કાંઈ પહેરવું હોય તો બહુજ સાદા પહેરવાં.

૭. નર્સે પોતાના હાથ સ્વચ્છ રાખવાં. નખને કાપી અને આંગળી સ્વચ્છ રાખવી. અને નખ સાફ કરવાં. બ્રશ વાપરવું. તેમજ સારો સાબુ વાપરવો, અને હાથ બરડ હોય તો થોડું ગ્લીસરીન* વાપરવું.

---

* અથવા ટોપરાનું તેલ.

૯. જ્યારે તમોને અમુક કેસ સુપ્રત કરવામાં આવે ત્યારે તમારી ફરજ દરદીનું હિત સાધવાની છે. તમારી રીતભાત સુંદર અને હેરત પમાડે તેવી જોઇએ. અને ખાસ યાદ રાખવું, કે નર્સે પોતાના ધંધામાં નિસ્બત રાખવી નહિ. એક કહેવત છે, કે "અતિ પરિચયથી અવજ્ઞા." પોતાનો મોભો જાળવવા માટે કોઈની સાથે પ્રિત બાંધી છુટ મેળવવી નહિ અને વધારે પરિચયમાં આવી પરિચય વધારવો નહિ. દરદીના ઓરડામાં ખાસ જરૂરી સિવાય બોલવું નહિ અને દરદીને ખાસ પોતાના અંગતના સવાલો પુછવા નહિ. તેમજ દરદી તરફ એવી માયા બતાવવી નહિ, કે દરદીને જરા એમ થાય, કે તમે તમારી ચાલચલગતમાં ગાફીલ છો. દરદીના ઓરડામાં ભૂખ્યા જવું નહિ. તેમજ પેટ ભરીને પણ ન જવું; કારણ કે વધુ પડતો ખોરાક અને ભૂખ્યું પેટ બન્ને આળસ લાવનાર છે.

તમારૂં કામ ડૉકટરના હુકમનું પરિપાલન કરવાનું છે. તમારી સાંસારિક સ્થિતિ, તમારો દરજ્જો, અને તમારી આર્થિક સ્થિતિ ગમે તેવાં હોય પણ જ્યારે તમો એક નર્સ તરીકે નોકરી ઉપર હો, તે વખતે તમારે ડૉકટરનો હુકમ માથે ચડાવવાનોજ છે અને તેજ પ્રમાણે કરવાનું છે. બીજું પગથિયું હુકમનું પરિપાલન કરવાનું છે. એટલે પ્રથમ પ્રગથિયું સત્ય બોલવું, ચાલવું અને કરવાનું છે. તમારી વાત બરોબર સત્યજ હોવી જોઈએ અને તમારે તમારી ભૂલ કદી પણ છુપાવવીજ નહિ.

જેમ બેંકર અને વેપારીને પોતાની પેઢી શાખ ઉપર અને નાણાના ઉપર નિભાવવાની છે, તેમ ડૉકટરને પોતાનો ધંધો તેની પ્રતિષ્ટા ઉપર નિભાવવાનો છે, તેથી ડૉકટરના કામને ટીકામાં ઉતારી તેની નિંદા કરવી નહિ; પરંતુ તેના આદર્શને ટેકો આપી, એક મત થઈ અને દરદીની સારવાર કરવી. ઘણી વખત કંપાઉન્ડરો ડૉકટર સાથે અથડાઈ પડે છે અને ડૉકટરના કામને ખરાબ કરે છે. ડૉક-

ટરના આદેશ પ્રમાણે દવા આપતાં નથી, તેમજ તેના કહેવા પ્રમાણે વર્તતાં નથી, તેથી દવાખાનાની પ્રતિષ્ટા ઘટે છે અને દરદીની સંખ્યા ઓછી થાય છે, માટે ડાકટરને જશ મળે તેમ કરવું. પોતાના મનમાં જે હોય તે બહાર નહિ કહી દેવું. તેમ કરવાથી તમારો અભિપ્રાય ખુલ્લો થાય છે અને જાહેર પ્રજાને પોતાનો મત ઠીક કેળવવાની તક મળતાં, તમને નુકસાન થાય છે; તેથી તમારો આંત્રિક હેતુ બહાર પાડવો નહિ.

પ્રકરણ ૩ જું.

બીમારનું બિછાનું.

શારીર સેવિકાના ધર્મમાં પ્રથમ કાર્ય તેનું પથારી અથવા બિછાનું કેવું હોવું જોઇએ, તે બાબત છે. કેટલીક વખતે આપણે ખાસ સગવડ કરવી પડે છે. હિંદુસ્તાન જેવા વિશાળ પ્રદેશમાં, જુદા જુદા ધર્મ જ્ઞાતી અને વ્યહવારિક રીતીની ભિન્નતાથી અને જુદી જુદી પેટા જ્ઞાતિઓના સમૂહથી જુદી જુદી રહેણી કહેણીની રીતભાતથી કેટલીક વખત પથારી માટે ખાસ વિચાર કરવો પડે છે. પથારી ગરીબ અને તવંગરને બંન્નેને સુગમ પડે તેવી હોવી જોઈએ. હિંદુસ્તાનની વસ્તી ૭૦ ટકા ગરીબ અને અજ્ઞાન છે અને ૨૫ ટકા અગવડ સાથે પોતાનો વ્યહવાર ચલાવે છે. અને ફક્ત પાંચ ટકાજ લોકો એવાં છે, કે જે સમજી શકે છે. આવી સ્થિતિવાળા મુલકમાં હિંદી, પારસી, ક્રિશ્ચીયન, યાહુદી અને તેમાંય વળી ગુજરાતી, મારવાડી હિંદી, બંગાળી, મદ્રાસી, વિગેરે રસમના લોકોના જુદા સ્વભાવ અને જુદી રહેણી તેવા દેશમાં ખાસ બિછાના માટે આવશ્યક વસ્તુ છે. હિંદુમાં તો વળી એવા વૈષ્ણવો છે, કે તેમના માટે તો આ પૃથ્વી જુદીજ છે. તેમને તો આ બધું વ્યર્થજ છે. હિંદ બીલકુલ અજ્ઞાન

અને બીન કેળવાએલ દેશ છે. સ્ત્રી કેળવણી અને ગૃહરચના તથા સમાજ વ્યવસ્થા એવી નાપાયાદાર છે, કે આવા વિષય માટે ખાસ જરૂરી જ્ઞાન મેળવવું, આવશ્યક છે. આવી સ્થિતિમાં નર્સ કેળવાયેલ અને હોંશિયાર હોવી જોઇએ, કે જેની સ્વચ્છતા અને જ્ઞાનનો પ્રભાવ ઘરના માણસો અને દરદી ઉપર પડે, કે જેથી સર્વે તેના હુકમ પ્રમાણે વરતે અને નહિ કે ઘરના માણસો અને દરદી તેને હુકમ કરે. મને ખાસ યાદ છે, કે એકાદ પ્રસંગે હું અમુક રાજાજીને ત્યાં ગયેલો અને તેમના રાજશાહી બિછાના માટે મારે ખાસ ફેરફાર કરવો પડેલો. તે વખતે તેમને બબડવું પડયું હતું કે આતો વળી નવી અંગ્રેજી ફેશન કયાંથી આવી? પરંતુ આપણે આપણાજ સિદ્ધાંતથી કામ કરવાનું છે. વળી કેટલાક દરદી એવા હોય છે, કે જેને શાંતી અને એકાંતમાં ગમે છે, ત્યારે કેટલાક એવા હોય છે, કે માંદા થતાં બૂમ બરાડા પાડી સગાં વહાલા ભેગા કરી અમુક હુકમ કરવા મંડી જાય છે. આવી સ્થિતિ હોય ત્યાં સેવીકાઓએ ખાસ ધ્યાન રાખી પોતાની પ્રતિભાવડે નિયમ પ્રમાણે કામ કરવું. હવે બિછાનું હિંદુસ્તાનમાં કેવું હોવું જોઇએ, તેનો ખ્યાલ કરીએ. શહેરમાં મોટે ભાગે લોકો પથારી ઉપર આરામ લે છે, પરંતુ તે ઠીક નથી, પણ દરદીને માટે ખાટલોજ જોઈએ. હવે ખાટલો હિંદુસ્તાનમાં લાકડાનો વપરાય છે, તે ઠીક નથી કારણ કે તે સ્વચ્છતા માટે સારો નથી. લોખંડના ખાટલા તૈયાર સ્પ્રીંગવાળા આવે છે, તે અતિ ઉપયોગી છે. તે સ્વચ્છ કરવા માટે ઠીક રહે છે. ખાટલો ૬$\frac{1}{2}$ × ૩$\frac{1}{2}$ × ૨$\frac{1}{2}$ ના માપનો હોવો જોઈએ અને તેના ઉપર સ્પ્રીંગ બાજુ ઉપર બેસાડેલી હોવી જોઈએ અને તેના ઉપર એક જાડી ઉનની સેતરંજી પાથરવી. આ સ્પ્રીંગ અને શેતરંજી કેવા હોવા જોઈએ, તે ઉપર દરદીના સુખનો આધાર છે. અને જો આ બે બરોબર હોય તો પછી તે ગરીબ અને શ્રીમંતોને માટે ઠીક થઈ પડે છે. ખાટલાની સ્પ્રીંગ ની મધ્યમાં ' તેને સારી રીતે અક્કડ રાખવા અમુક લોખંડના

સળીયાની બનાવટ હોય છે, તેવા લેવા, નહિં તો ખાટલો ઘોડીઆ જેવો થઇ જાય છે. યુરોપમાં કેટલાક પિંછાના બિછાના પાથરે છે, પણ તે તંદુરસ્તીના નિયમોની વિરૂદ્ધ છે. તેના ઉપર રૂના ગદેલાં લાદવા તે પણ ઠીક નથી, કારણ કે જંતુઓનો નાશ કરવા અને જો ભીનું થાય તો સુકવવા લાંબો વખત ગરમી આપવી પડે છે. વળી આપણા દેશી લોકો તેવા ખાટલા અને શેતરંજી વિરૂદ્ધ પડશે. પરંતુ બની શકે, ત્યાં સુધી આવોજ ખાટલો વાપરવો અને બને તો પછી તેની જગ્યોએ પાટીવાળો ખાટલો ચલાવી લેવો. આવા ખાટલાને સારી હવા ઉજાસવાળી જગ્યા ઉપર રાખવો અને દરદીને સુવાડી તેની સેવા કરવી. આવો ખાટલો સુવાવડવાળી સ્ત્રીના કામનો નથી. સુવાવડવાળી સ્ત્રીને ટેબલ વાપરવું ઠીક પડશે અને પછી લોખંડીનો ખાટલો વાપરવો. પણ તેની શેત્રંજી ઘણીજ કડક વાપરવી. ઓપરેશન કર્યા પછી અગર એવા કેસોમાં કે જેમાં બિછાનું બગડવાનો ભય હોય ત્યાં રબર અથવા તેલીયા અગર એવા કપડાંનું અસ્તર બિછાવવું અને તેના ઉપર દરદીને સુખપૂર્વક સુવાડવો. ગદેલાં ઉપર ઓછાડ શુદ્ધ અને સ્વચ્છ ઓછાડવો. ઓશિંકા તથા ગદેલાં રૂના બનાવવા અને તેના ઉપર સ્વચ્છ ઓછાડ ઓછાડી દરદીને સાધારણ દરદ વખતે સુવાડવો. ઓછાડ સુંવાળો અને કરચલી વિનાનો ઓછાડવો અને તેના ઉપર કોઇપણ પ્રકારના રજકણ પડવા દેવા નહિ.

અંગ્રેજ લોકો ગદેલાં મિણીયાના પાથરે છે અને તેના ઉપર સારો ઓછાડ ઓછાડે છે. આ પથારી જરા ખરચાળ અને હિંદના માટે પ્રતિકૂળ છે, કારણ કે આપણી ઘરડી ડોશીઓ અને વૃદ્ધ પુરૂષો લાંબા ટીલા તાણી ધર્મની વાતો કરતાં અભડાઈ જાય છે અને માંદાની માવજતના સુખના સાધનો પ્રતિ દુર્લક્ષ કરી હજારો વર્ષથી અજ્ઞાનના વળેલા પડ નીચેની પ્રથાઓને વળગી રહે છે. સુવાવડી સ્ત્રીને નગ્ન, રાખના ઢગલા પાસે ગંદા કપડાં પહેરાવી સુવાડે

છે અને લાંબા નખવાળી દાયણને બોલાવી તેની સારવાર કરાવે છે. તેવીજ માંદાને નકામા ખાટલાની અંદર નાખી મુકી, આવરદા હશે તો જીવશે એમ ધારીને તેને જે તે પાઇને સારવાર કરે છે. આપણામાં સ્વચ્છતા અને વ્યવસ્થાની ખામી છે. જીવન શું છે અને કેમ જીવાય, તેની તાલીમ લેવી એ ખાસ જરૂરી છે, અને તેની તાલીમ માંદાને માટે વધારે હિતકર છે, માટે પથારી બનાવતી વખતે ખાસ ધ્યાન રાખવાનું છે. પથારી પાથર્યા પછી તેના ઉપર ઓછાડ ઓછાડી અને તેના ઉપર એક કપડું પાથરવું. તે વારે ઘડીયે ફેરવવું પડે છે. દરદીના પસીનાથી, ખોરાકથી, પાણીથી અગર એવાં કસાથી બગડે કે તુરત કાઢી લેવું અને બીજું પાથરવું. વળી કેટલાક પેસાબ કરી જાય તેવા અને ઝાડો કરી જતા હોય તેવા માટે પાંચ છ વાર કપડું પાથરવું, કે તે બગડતાં તુરત કાઢી લઇ બીજું પાથરવું. દરદીની પથારી ગંદી ન રાખવી. તે સ્વચ્છ અને સુંદર રાખવી. ગંધાતી અને જુની પડેલી પથારીમાં પડેલાં ઘણાંને આપણે જોઇએ છીએ, અને તેમને સુચના સારી પથારી માટે આપીએ, તો તેઓ કહેશે, કે સાહેબ અમે પથારી વારેઘડીએ કયાં ફેરવીએ. આવી રીતે જવાબ આપી સંતોષ માનનાર આપણી પ્રજા છે, અને તેવા માટે શરમાવવું જોઇએ. માંદાની માવજતનો વિષય ઘણોજ બારિક અને ગંભીર છે, અને તે ખાસ દરેકે જાણવો જોઇએ. જે લોકો માંદાની માવજતનું જ્ઞાન ધરાવતા નથી, તેની અજ્ઞાનની સારવારથી ઘણા દરદીઓ મરણને શરણ થાય છે. કેટલીક વખત દવા કરતાં સારવાર ચડી જાય છે અને તેથી દરદીની જીંદગી બચી જાય છે. આપણા લોકો સારવાર પ્રત્યે બેદરકાર છે અને પથારીની બાબતમાં તો હિન્દે હદજ વાળી છે.

આવી રીતે પાથરેલ બિછાનામાં દરદીને સુવાડયા પછી વારે ઘડીએ તેના ઓછાડ અને બીજાં કપડાંને બદલતાં તેને ઉઠાવવો નહિ, પણ એક બાજુ ઉપર દરદીને સુવાડી તે ખાલી બાજુનો

ઓછાડ સંકેલી લેવો, અને પછી દરદીને ઓછાડ વિનાની જગ્યો ઉપર નવો ઓછાડ પાથરીને સુવાડવો, અને છેવટે તે ખાલી જગ્યો ઉપર ઓછાડ લઈ અને બીજો નવો ઓછાડ બીછાવી દેવો. આવી રીતે કરવું, તે ઠીક પડશે અને ખાસ ગંભીર કેસોમાં આમજ કરવું. ઓશીકાં પણ ઘણી જાતના નાના મોટા અસ્તરવાળા રાખવાં. જરૂર પડે કે તુરતજ બદલવા. ઓશીકા જુદા જુદા રાખવા કે જેથી સ્વચ્છ રહે.

દરદીને ઓઢવા માટે નીચે પછેડી, તેના ઉપર બન્નુસ અને તેના ઉપર રજાઈ રાખવી. આવી રીતે શરદીવાળી રૂતુમાં ઓઢવાનું રાખવું. દરેક ન્યુમોનીઆના કેસમાં પણ રાખવું. ગરમ રૂતુમાં ફક્ત એકાદ ખાદીની પાતળી અને જાડી ચાદર રાખવી ઠીક પડશે. દરદીની રસમ મુજબ બગડતી નીચેની ચાદર બદલી નાખવી.

આવી રીતે ખાટલો તૈયાર કરી તેને અમુક ઓરડામાં રાખવો. દક્ષિણ અગર તો પશ્ચિમ તરફનો તાપ આવે તેવો હોવો જોઈએ. સૂર્યનો પ્રકાશ અને હવા કુદરતના સારામાં સારા દરદને નાબુદ કરાવવા હથિઆરો છે, છતાં પણ કેટલાંક માતા જેવા ચેપી રોગમાં દરદીની આંખો બચાવવા અને ધનૂર જેવા દરદમાં દરદીનો ઓરડો અંધારા વાળો બનાવવો પડે છે. ઓરડો જરા સગવડવાળો મોટો અને ગડ-બડાટવાળા રસ્તાથી દૂર રાખવો અને રસોડાનો ધૂમાડો ન પેસે તેમ કરવું. બરોબર હવા અજવાળું ન આવે, તેવા ગંદા ઓરડામાં ધૂણી અને ધુમાડો તેમજ ઘરની કોઠીઓ અને રાચરંચીલું ખડકેલું હોય, ત્યાં છોકરાની રમત અને મંદવાડની વચમાં બીછાનું રાખવું નહિ. જ્યાં ભેજ જેવું જણાય તે જગ્યોને ઉપયોગમાં લેવી નહિ. દરેક ઓરડાને ઓછામાં ઓછી બે બારીઓ જોઈએ અને તે બારીઓના બે ભાગ કરવા. ઉપરનો અને નીચેનો. તેના બારણા બે કટકાના બનાવવાં એટલે જરૂર પડતાં નીચેના બારણાં બંધ કરવા, એટલે બારી ઉપરનો ભાગ ખુલ્લો રહે. ઉપર નીચે એમ બંધ કરવા

હોય, તો તેમ પણ બની શકે. હવા અટકાવવા અને અજવાળું લાવવા, બે બારીઓ ને એક જોડી કાચના બારણા પણ રાખવા. નીચેના ભાગે જરા સળીયા રાખવા. ઉપર કમાનમાં પણ સળીયાવાળું કાચનું વેંન્ટીલેટર પણ બનાવવું. કેટલેક ઠેકાણે બારી બારણા ઉપર પડદા રાખવાનો રિવાજ છે. ત્યાં પડદા નીચેથી ઉપર વાળી લેવાય, તેવા અને જલદી દૂર થાય તેવા સુંદર હોવા જોઇએ. નકામા કપડાં જેવા ચિંથરાના કકડા લટકતા હોય, તો દૂર કરવા. માંદાના ઓરડામાં ઝાડો, પેસાબ અને થુંકવાના વાસણો રાખવા નહિ; પણ બાજુ ઉપર નહાવાની ઓરડી હોય, તેમાં રાખવાં, કે જેથી પાણીથી સ્વચ્છ રહે અને દરદીનો ટુવાલ, ઓછાડ, કપડાં વિગેરે જે નહાવાના રૂમમાં ધોવા મૂકવામાં આવે, તે ખાસ કરીને દેવદારની એક પેટીમાં મુકવાં અને તેમાંથી લઈ ધોઈ નાંખી, અને સ્વચ્છ કબાટમાં રાખવાં. આમ કરવાથી તંદુરસ્તી જળવાય છે. ઓરડો સ્વચ્છ હોવો જોઈએ, તેની દિવાલો પણ સ્વચ્છ જોઈએ, દિવાલો ઉપર ધૂળ અથવા છાપરે અથવા છજે બાવા ન જોઈએ, દિવાલો રંગીન અથવા ફેશનેબલ બનાવવાની જરૂર નથી, પણ સાદી અને સ્વચ્છ જોઇએ, દરદી એકલો દરદની પિડા ભોગવતો પડયો પડયો દિવાલોના ગંદા દેખાવો જોઇ કંટાળી જાય, માટે દિવાલ સ્વચ્છ અને ધોળેલી સાદી જોઇએ. દિવાલો ઉપર સુંદર ચિત્રો, મનોરમ્ય ભરતકામ અથવા એવા તક્તા રાખવાને હરકત નથી, પરંતુ તે એવા ન જોઈએ કે તેમાં ધૂળ, જંતુઓ, કરોળીઆ, ગરોળી વિગેરે ભરાઇ રહે. ટેબલ ઉપર છોડના કુંડા મૂકવાનો ઘણીખરી નર્સોનો રિવાજ છે તે પણ સારો છે. કોઇપણ રીતે ઓરડામાં દરદીને ગમે તેવો, સુંદર દેખાવ રાખવો. ફુલવાળી વૃક્ષની ડાળી, સુંદર ધાતુના વાસણમાં ટેબલ ઉપર મૂકવાથી પણ દેખાવ ઠીક લાગે છે. આવી રીતનું બિછાનું, સુંદર ઓરડો વિગેરે અને સેવા માટે નર્શ એ કોણ રાખી શકે? શું હિંદનો ગરીબ ભંગી અથવા ઢેઢ આવી સારવાર મેળવી શકે? ના. મારી અરજ

એ છે, કે આવું જ્ઞાન દરેકને હોય, તો પછી આ માથાકૂટ મટી જાય, પણ તેમ બનવું મુશ્કેલ છે, એટલે સુધરેલા લોકો, લોકોને કેળવણીને રસ્તે દોરે, તોજ ઠીક. વળી આમાં નાણાંનો પણ સવાલ છે, એટલે તે દરેક ઠેકાણે આડો આવે છે. લોકો કેળવાય છતાં નાણાં ન હોય તો શું? ફિકર નહિ એક સાદો ઓરડો, સાદી પથારી અને નર્સીંગનું જ્ઞાન એટલા વાના બસ છે. તેથી પણ દરદી બચી જાય છે.

દરદીના ઓરડામાં ફરનીચરની જરૂર રહેતી નથી, તેથી દરદીના ઓરડામાં કાંઇ પણ ન હોવું જોઇએ. ઓરડાનું ભોંયતળીયું સ્વચ્છ અને સાફ રાખવું. ચુનાનું અગર પથ્થરનું હોય તો ધોઈ અને ગાર કરેલ હોય, તો લીંપી સ્વચ્છ રાખવું. જાજમ વિગેરે પાથરવાની ઘણા લોકોને ટેવ હોય છે, તે ઠીક નહિ, અને દરદીને જોવા આવનાર લોકો અલગ ઓરડામાં એકત્ર થાય તેમ કરવું. દરદીના ઓરડામાં સળગતી સગડી રાખવી નહિ, તેમ લોકોને એકત્ર થવા દેવા નહિ. ઓરડામાં ફરનીચરમાં ફક્ત દરદીનો ખાટલો, એક ટેબલ અને આરામ ખુરશી એટલા રાખવા. બારણા આગળ પડદો રાખવો કે જેથી સીધી લાઇટ દરદીના ચ્હેરા ઉપર ન પડે.

આપણે હંમેશાં ઓરડા સાવરણીથી સાફ કરીએ છીએ, તેમ દરદીનો ઓરડો સાવરણીથી સાફ કરવાથી ધૂળના રજકણોથી ઓરડો ભરાઇ જાય અને તે દરદીના શ્વાસોશ્વાસમાં જવાથી નુકસાન કરે છે. તેથી ઓરડો બ્રશ અગર કપડાથી અથવા સાવરણી ઉપર કપડું વીંટાળીને વાળવો. કે જેથી ધૂળ ઉડે નહિ. ઘરમાં માંખોના માટે ખાસ સંભાળ રાખવી. માણસ જાતનો તે કટ્ટો શત્રુ છે. વિષ્ટા ઉપરથી ખોરાક ઉપર તે બેસે. ગંદી ચીજ ઉપરથી તે સ્વચ્છ ઉપર બેસી, તે બગાડે છે. માંખી દરદી ઉપર બહુજ થાય, તો તે ખરાબ નિશાની છે, માટે તેના માટે ખાસ ઇલાજ લેવો. તે દરદના જંતુઓની લઈ જનાર અને લાવનાર એક ભોમીયો છે. ટાઇફોઇડના દરદી ઉપર બેસી તેના ઝાડાના જંતુઓ પાડોશીના ઘેર લઇ જઇ અને

ત્યાં દરદને ફેલાવે છે, તેથી માંખો જેમ બને તેમ ન આવે તેમ કરવું. માંખોના માટે કાગળો અને પેટીઓ આવે છે. તેનો સંભાળથી ઉપયોગ કરવો અને પકડેલી માંખો છેટે છોડી મૂકવી પણ મારી નહિ નાંખવી. દરદીના ઓરડામાં નર્સે કુદરતી રીતે નિર્ભય થઇ ચાલવું, પરંતુ છુપી રીતે કે અંગુઠા ઉપર ધીરે ધીરે ચાલવું નહિ. મોટા માણસોમાં એવો રીવાજ હોય છે કે પુલના હાર મોકલે છે, તે દરદીને ન પહેરાવતાં ઓરડામાં એક બાજુએ મુકવા. કે જેથી મધુરી મધુરી પુષ્પની પરિમલ પ્રસરે અને દરદીને આનંદ મળે, પરંતુ રાત્રે ઓરડામાં એક પણ પુષ્પ નહિ રાખતાં કાઢી નાંખવા. દરદીનો ઓરડો બરોબર હોવો જોઇએ. સાધારણ દરદીની આવજત કરનાર અને કેળવાયેલ પરિચારીકા અથવા સેવીકામાં કેટલો ફરક છે, કે તે કેળવાયેલ સેવીકા તુરતજ અમુક ફેરફાર જોઇ શકે છે. આ નિરિક્ષણની ટેવ બરોબર કેળવવી જોઇએ, અને દરદીના ઓરડામાં કાંઇ પણ અનિયમિત જણાય કે તુરત તેને બરોબર ગોઠવી દેવાની ટેવ રાખવી, અને ઓરડો સ્વચ્છ અને સુઘડ વધારે રાખવો. દરદીના ઓરડામાં ખાસ સ્વચ્છતા રાખવી તે જરૂરનું છે. દરદીના ઓરડામાં સાધારણ ઘરમાં જે સ્વચ્છતા રાખીએ છીએ તે કાંઇ ચાલી શકે તેમ નથી. પરંતુ સ્વચ્છ એટલે જંતુ રહીત નહિ પણ જંતુઓ દરદી ઉપર હુમલો ઓછો કરી શકે તેવો સ્વચ્છ ઓરડો રાખવો. જંતુઓ હવામાં, ધૂળમાં, ખોરાક ઉપર, કપડાં ઉપર, હાથ ઉપર સર્વે જગ્યાએ છે, તેને એવા બનાવવાં કે તેનો હલ્લો નિષ્ફળ નીવડે. ઉકાળવાથી, વરાળમાં રાખવાથી, અગર ખૂબ ગરમ પાણીમાં રાખવાથી જંતુઓ રહિત વસ્તુઓ બને છે. કેટલીક દવાઓ પણ જંતુ મારવા વપરાય છે.

જંતુઓની સૃષ્ટિએ એક અજબ સૃષ્ટિ છે, અને તે ઉદ્‌ભીજ વર્ગના છે. આ સૃષ્ટિમાં જયાં જુઓ ત્યાં જંતુઓ છે. તેઓ અમુક વખત રહી અને નાશ પામે છે. ગરમીમાં તે નાશ પામે છે. તેઓની

ઉત્પત્તિ ઘણીજ હોય છે. જંતુઓ સારા અને નઠારાં એમ બે પ્રકારનાં છે, અને જે નઠારાં છે, તેનો નાશ કરવો જરૂરી છે. આપણા હાથ, દરદીની ચામડી વિગેરે ઉપર જે જંતુ હોય તેનો નાશજરૂરી છે. દરેક જંતુ એક કોશનો બનેલો હોય છે, અને તે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી જોઈ શકાય છે. અમુક જંતુઓના ફક્ત અસ્તર હોય છે, તે કેટલીક વખત ગરમીને સહન કરી શકે છે. ક્ષયના જંતુઓ લાંબો વખત એમના એમ પડી રહે છે, અને ગમે તેટલી ગરમી આપવાથી પણ તેનો નાશ થતો નથી, અને તેથી તે વખત આવ્યે ફાટી નીકળે છે. દરેક જંતુને અનૂકુળ સંયોગો મળતાં તે વધે છે. એક તો ભીનાશ અને બીજી ગરમી, એ બે તેને અનૂકુળ પડે છે. તેઓ હવામાં ઉડી શકે છે. ધૂળના રજકણોને વળગી ઉડે છે. છાતીમાંથી ઉધરસ વખતે નીકળતી ભેજવાળી હવા સાથે બહાર આવે છે, અને તેટલામાં ઉડે છે. નાકના મેલમાંથી પણ બહાર પડે છે. છાતીમાંથી કાઢેલી હવામાં જંતુઓ નથી, પરંતુ બલગમના ઝીણા રજકણો સાથે હોય છે. કેટલાંક જંતુઓ ઠંડીમાં રહી શકે છે, તેથી સરોવર અગર પહાડના બરફના ઓગળેલા પાણી પીવાથી તે દરદ થાય છે. શરીરની ગરમીમાં તે ઉછરવાની શક્તિ બરોબર અનૂકુળતા મળતાં ધરાવી શકે છે. પરંતુ વધારે ગરમીમાં તે નાશ પામે છે. ૧૭૫ ડીગ્રી ગરમી ઘણાખરા દરદના જંતુઓનો નાશ કરે છે. પરંતુ વધારે કઠણ જંતુઓનો નાશ થતો નથી. તેથી વધુ ગરમીની જરૂર પડે છે. જ્યારે કોઇ વસ્તુ સડે છે ત્યારે તે આ જંતુઓના લીધે સડે છે. અને જે ખરાબ હવા નીકળે છે, તે આ જંતુઓની ક્રિયાથી અડવાપણું થાય છે, તેમાંથી તે નીકળે છે. જંતુઓ ચામડી વાટે, ખોરાક પાણી સાથે અને હવામાંથી ફેફસાંવાટે એમ ત્રણ પ્રકારે જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થાય છે. ચામડી, મોઢું અને નાક એ ત્રણ તેની ખાસ જગ્યો છે અને ત્યાંથી તે ફેલાય છે. ચામડી વાટે જખમ થવાથી તે જખમમાંથી દાખલ થાય છે અને ખોરાક વાટે હોજરીમાં જઈ, અને શરીરમાં

તે દાખલ થાય છે. તેમજ શ્વાસોશ્વાસ વડે ફેફસાંમાં જઇ તે ઉપદ્રવ કરે છે. પાણીમાં કોલેરા અગર ટાઇફોઇડના જંતુઓ હોવાથી પાણી પીવાથી આ દરદ થાય છે. ડીપથેરીઆના જંતુઓ અગર ક્ષયના જંતુઓ ધૂળમાં મળેલાં હોય છે અને તે ધૂળ સુંઘવાથી નાના બાળકોને ડીપથેરીઆ અને મોટાને ક્ષય થાય છે. ધૂળમાં મળેલા જંતુઓ ચામડી ઉપર થયેલા જખમમાં મળવાથી ધનુર "ટીટેનસ" થાય છે. એ પ્રમાણે ચામડી, મુખ અને નાક એ ત્રણ વાટે જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થઇ ઉપદ્રવ પેદા કરે છે. આવી રીતે હોવાથી તે જંતુઓથી બચવા કુદરતે આપણામાં એક શક્તિ મુકી છે, જે જંતુઓને નાબુદ કરી દે છે, અને આ શક્તિ ફક્ત ખરાબ જંતુઓનો નાશ કરી નાંખે છે; પરંતુ ખરાબ જંતુઓ દરરોજ શરીરમાં દાખલ થતાં નથી. તેથી દરદ હમેશ થતાં નથી, પણ જો દૈવયોગે તે દાખલ થયા, તો તેના ઉપર પ્રતિકાર કરનાર શક્તિ કામ કરશે. પરંતુ જો તે શક્તિ કમી પડી તો દરદ હુમલો જરૂર કરવાનું. આવું છે માટે દરદીની શક્તિ બરોબર જાળવી રાખવા અને જંતુઓ નબળા પડે તેના ઉપાયો સેવિકાએ લેવાના છે. બે માણસો રસ્તામાં ધૂળ સુંઘતાં ચાલ્યાં જાય છે. એકને ક્ષય થાય છે, બીજાને નથી થતો, તેનું કારણ ફક્ત એટલુંજ છે, કે એકની શક્તિ બરોબર હતી. જ્યારે બીજો નબળો હતો. કેટલાંક એવો સવાલ કરશે કે આ જંતુઓ શરીરમાં પેસી કેમ નુકસાન કરતાં હશે? એ મુદ્દાની વાત છે. આ જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થયા પછી અમુક જહર ઉત્પન્ન કરે છે, કે જે શરીરને બગાડે છે. જ્યારે બાળકને મેલેરીયાનો તાવ આવે છે, ત્યારે માથાનું દુખવું, ઉલ્ટી અને તાવ આ બધું તે જહરના પ્રતાપે થાય છે. જંતુઓ આખા શરીરમાં હોય તેમ નથી, પણ તે અમુક જગ્યોએ દાખલ થઇ તેનું જહર આખા શરીરમાં ફેલાવે છે અને અમુક ચિન્હો ઉત્પન્ન કરે છે. તેવા અમુક ચિન્હો એકત્ર થતાં તેને દરદનું નામ અપાય છે અને આવા દરદથી પિડાય તે દરદી ગણાય-છે. અમુક જગોએ વાગવાથી ધનૂર થાય છે. ધનૂરના જં-

તુઓ ધામાં હોય છે, પણ તેનું જહર શરીરની અંદર ફરી અમૂક અવયવને પરીપૂર્ણ ઝહરથી કરી દે છે, તેથી દરદ ઉત્પન્ન થાય છે. આવા જહર પછી તેમાંથી વિરૂદ્ધ જહર થાય છે. તે આ ચિન્હો નબળાં પાડે છે તેથી દરદ મટે છે. જેમકે ડીપથેરીઆનું "એન્ટીટોકઝન" આપવાથી તે દરદ મટી જાય છે. શરીરમાં જંતુ દાખલ થાય છે, એટલે તેના પ્રતીકાર રૂપે લોહીના ધોળાં રજકણો તેની સામે મોરચો માંડે છે અને જો શરીર તંદુરસ્ત અને સારૂં હોય, જો જંતુઓ થોડા હોય, તો તેને તેઓ ખાઇ જાય છે અને મારી નાંખે છે. લોહીની અંદર બીજી રીતે જંતુઓને મારવા માટે અમુક પ્રકારનું વિષમય પ્રવાહી તૈયાર થાય છે, તે જંતુઓને નબળા પાડી નાખ્યા કરે છે. કેટલીક વખત જંતુઓ ઝાડો અગર પેસાબ અને પરસેવા વાટે બહાર ચાલ્યા આવે છે, આવી રીતે કુદરતે શરીરના રક્ષણ માટે જંતુઓના પ્રતીકારના ત્રણ રસ્તા બનાવ્યા છે, તેથીજ શરીરની સારી માવજત કરવાની જરૂર પડે છે.

ઉપરની ત્રણ રીત બદલાવવાને માટે સ્વચ્છ હવા, સૂર્યનો પ્રકાશ, વસ્તુઓને ઉકાળવાની પદ્ધિતી અને સુકી ગરમી તેમજ ધોવું અને સાફ કરવાની રીત કામે લગાડવી, સૂર્યનો તાપ ઘણાખરા જંતુઓનો નાશ કરે છે, માટે તેનો ઉપયોગ પ્રથમ કામમાં લેવો. તેનાથી બીજે નંબરે ગરમી છે અને તે ભીની અને સુકી ગરમી એમ બે પ્રકારની ગરમી છે. કોઇ પણ ચીજને ત્રીસ મીનીટ સુધી ઉકાળીએ, તે જરૂર જંતુ રહિત બને છે. કપડાંને ઉકાળી સાફ કરી પહેરાવવા. ડૉકટરોના હથિઆરો પણ તેજ રીતે ઉકાળી સાફ કરવાં પડે છે. અને તેથી ઑપરેશન વખતે વપરાયેલી દરેક ચીજ સાફ રાખવા માટે ઉકાળી*

---

* આ રીત ભીની ગરમી આપવાની થઇ, પરન્તુ બંધ ઓરડામાં હવાની ગરમી વધારી ચીજ રાખવામાં આવે તે સુકી ગરમી ગણાય. સૂર્યપ્રકાશ એ સુકી ગરમી છે.

તૈયાર કરવી પડે છે. ઉકાળવા કરતાં કેટલીક વખત વરાળજ ફક્ત વપરાય છે. અને એવા "સ્ટરીલાઈઝરો" બનેલાં છે, કે ચીજ તેમાં મુકવાથી પાણીની ખાલી વરાળજ લાગે. આવી રીતે એક કલાક કોઈ પણ ચીજ જો વરાળમાં રહે, તો તે જરૂર સ્વચ્છ બને છે. મોટી ઇસ્પીતાલમાં વરાળના ઉપર દબાણ રાખી, તેનો ઉપયોગ કરે છે. એટલે થોડા વખતમાં સ્વચ્છ બને છે. કેટલીક વખત બ્રશવતી અમુક સાફ કરી દવાના પાણીમાં બોળી સ્વચ્છ કરવું પડે છે.

લોશન બનાવવા માટે અમુક પ્રવાહી બનાવવું પડે છે. તેમાં ખાસ કરીને બાયકલોરાઇડ ઓફ મરકયુરી કે જે H. P.ના નામથી ઓળખાય છે. તે દરેક જગ્યોએ મળે છે તે વપરાય છે. આની ટીકડીઓ ભુખરા રંગની પણ આવે છે અને તે દરેક જગ્યોએ મળે છે. ધાતુ અને કપડાંને બગાડે છે. તેથી તેમાં હથિઆર કદી મુકવા નહિ. આ દવાનું ૧–૧૦૦૦, ૧–૩૦૦૦, ૧–૫૦૦૦ અને ૧–૧૦,૦૦૦ ના સુધીના પ્રમાણનું પ્રવાહી વપરાય છે* આંખ ધોવા, હાથ ધોવા, અને ગંધાતા ચાંદા માટે ઠીક છે. તેનાથી બીજે નંબરે લાયસોલ વાપરતું. તે કારબોલીક એસીડની જગ્યોએ વપરાય છે, તે "કારબોલીક એસીડની બનાવટ છે; પરન્તુ તે કારબોલીક એસીડના જેવું જલદ

---

* **પંચવલ્કલ:**—પીપળો, પારસપીપળો, ઉંબરો, પીપર અને વડ દરેકની છાલ સરખે ભાગે લઇ અધકચરાં કરીને તેમાંથી રૂા. ૨ ભાર ભુકો લેવો અને પાણી શેર ૨ મેળવી ઉકાળવું. શે. ౦ા થી ૧ રહેથી ગાળીને તે પાણીથી સોના ચાંદીના ગીલેટવાળાં હથીઆર ધોઇ શકાય છે. લોઢાના હથીઆર ન ધોવાં. આ પ્રવાહીથી લોઢાના ઠામ કટાઇ જવા સંભવ છે. આ પ્રવાહીનો ગુમડાંને ધોવામાં ઉપયોગ કરવો. અથવા નીચેનો ઉપયોગ કરવો.

મોરથુથુ $\frac{1}{૪૦૦૦}$, $\frac{1}{૨૦૦૦}$, $\frac{1}{૩૦૦૦}$, $\frac{1}{૫૦૦૦}$, $\frac{1}{૧૦૦૦૦}$ નું લોશન અથવા ઉપર પ્રમાણે રસકપુરનું લોશન બનાવી હથીઆર કપડાં ધોવાનાં જંતુઘ્ન તરીકે ઉપયોગ કરવો.

નથી, પણ જંતુઘ્ન અસર તેનાજ જેવી છે. પાણીમાં તે જલદી મળી જાય છે, અને તેની ગંધ પણ ઠીક છે. તે હાથ ધોવા, ભોંયતળીયું ધોવા અને બીજાં વસ્ત્રો ઉપર છાંટવા વપરાય છે.

ક્રીયોલીન એ એક ઘટ કારબોલીક એસીડની બનાવટ છે અને તે પાણીમાં નાંખવાથી પાણી દૂધ જેવું થાય છે. તે ધોવા વિગેરેમાં ઠીક ઉપયોગી છે.

ફૅારમેલીન એ બધાં કરતાં સખત જંતુઘ્ન છે અને ખરાબ ગંધને પણ દૂર કરે છે, અને ફૅારમેલ્ડીહાઇડની બનાવટ છે. કપડાં, વાસણ, (લોખંડ સિવાયના) વિગેરે ધોવામાં કામ લાગે છે અને ટાઇફોઇડના ઝાડામાં ખાસ વાપરવું.

ચુનો એ એક સરસ શુદ્ધિ માટે વપરાતું ઔષધ છે. જાજરા માટે તે ખાસ વપરાય છે. દિવાલ વિગેરે ઉપર લગાવી સ્વચ્છતા તે જાળવે છે. વળી કલૅારીનેટેડ લાઇમનું પ્રવાહી પણ વપરાય છે. (૧ શેર કલોરીનેટેડ લાઇમ-૧ ગેલન પાણી.) કળીચુનો પણ ઠીક છે.

દારૂએ સૌથી સરસ જંતુઘ્ન દવા છે. તે હાથ ધોવાના કામમાં પણ વપરાય છે અને હથિયારો બોળી અને ઉપયોગમાં લેવાય છે. આયોડીન પણ જંતુઘ્ન છે અને તે પણ વપરાય છે. આ રીતે નર્સે પોતાના દરદીના હથિઆર, ઓરડો, ફરનીચર, કપડાં, બિછાનું અને જે જે તેના સંબંધમાં આવે, તે સઘળાં સાફ રાખવાનાં છે, માટે તેની પ્રથમ ખાત્રી રાખવી.

દરદીને સુવાનો ઓરડો જંતુને મારવા માટે સ્વચ્છ કરવો પડે છે અને તે માટે બે રીત છે. એક તો ગંધકથી, અને બીજી ફોર્મેલ્ડીહાઇડથી. સલ્ફર અને ફોરમેલીનની મીણબત્તીઓ આવે છે. સલ્ફર ૧૨ ફુટ અને નવ ફુટ ઉંચા ઓરડામાં પાંચ શેર બાળવો પડે છે. તે પ્રમાણે તેની બત્તીઓ લાવી અને બાળવી. અને ફોરમેલ્ડીહાઇડ પણ તે રીતે બત્તી લાવી બાળવો. સલ્ફરથી માંકડ, મચ્છર, ચાંચડ

વિગેરે મરી જાય છે, અને ફૉરમેલ્ડીહાઇડથી જંતુઓ મરે છે, વળી એક બીજી રીત એવી છે, કે ફેારમેલ્ડીહાઇડ શેર ૧॥ અને પોટાશ પરમેગેનેટ શેર ૦॥। લઇ ઓરડાના મધ્યમાં મુકવું. વાસણમાં પોટાશ પરમેગેનેટ નાખી, તેના ઉપર ફેારમેલીન રેડી જલદી બહાર નીકળવું. તેનું ઉભરણ આવી ગેસ થશે તે ઓરડામાં ફેલાશે. જે ઓરડો સ્વચ્છ કરવો હોય, તેના બારી બારણા તિરાડ વિગેરે બંધ કરવાં. એક પણ તિરાડ ન રહેવી જોઇએ. સીલ કરેલ પેટી જેવો ઓરડો જોઇએ. જે સામાન સ્વચ્છ કરવો હોય, તેને એક લાઇનમાં ઢાંકી દેવો. તે પણ સાથે સાથે સ્વચ્છ થઈ શકે. બંધ કરેલ ઓરડો ૨૪ કલાક પછી ખોલી સંપૂર્ણ હવાની આવજાવ થયા પછી અંદર દાખલ થવું. આવી રીતે ઓરડો સ્વચ્છ રાખવો.* સેવિકાએ પણ પોતાના હાથ H. P. લોશનથી ધોવા. કદી તેનાથી નાવું પણ ખરૂં. તેની મેળવણીના સાબુ "એન્ટીસેફ્ટીક સોપ" ના નામથી આવે છે. તે વાપરવા ઠીક થશે.

ક્લોરીનેટેડ લાઇમ અથવા લાઇસોલ અથવા ફેારમેલીનના પ્રવાહીથી ઝાડો અને પેસાબ જંતુ વિનાનો કરી, પછી તેનો નાશ કરવો.÷ આ રીતે પૂર્ણ સ્વચ્છતા રાખવા, યત્ન સેવીકાએ લેવાનો છે. સ્વચ્છતા રાખી કુદરતને મદદ કરી દરદીને સાજો કરવાનો છે. હિન્દ જેવા ગરીબ દેશમાં ખાસ કરીને આ રીતની જરૂર છે. હિન્દના માણસોની અજ્ઞાનતા અસહ્ય છે. કેટલીક વખત આપણને પણ ખેદ થાય છે, કે આવા લોકો કેમ સાવ અજ્ઞાન હશે.

---

* સરસવ, કડવો લીંબડો, ગુગળ, ગંધક, તેલ અને કપુરનો ધૂમાડો કરવાથી સુવાની ઓરડીની હવા સાફ થાય છે.

÷ ઝાડા પેસાબમાં શંખદ્રાવ, લોહદ્રાવ કે માસદ્રાવનો ઉપયોગ કરવાથી ઝાડા પેસાબમાંનાં જંતુનો નાશ થાય છે.

દરદ થયું એટલે આ દેશમાં વહેમ એક મોટી ચીજ છે. ભુત, પ્રેત વળગી દરદ થયું. માતા મહાદેવ વળગી બિમારી આવવી, અને એવી કાંઈ બીક પેઠી તેથી શરીર બગડયું છે, આમ કહી લોકો બાધા આખડી કરે છે. માતા મહાદેવ કરશે પછી ભુવા જતી બેા-લાવી અને ક્રિયાઓ કરશે, છેવટે એક ઉપાય બાકી રહે નહિ માટે વૈદ અગર ઉંટવૈદ અને લેભાગુ પાસે જઈ એકાદ પડીકી ખવરાવશે, પછી શાસ્ત્રીય પદ્ધતિથી કામ કરતાં વૈદ અગર ડૉકટર પાસે જશે. આ વખતે દરદીને દરદ સંપૂર્ણ વ્યાપેલ હોય છે. ડૉકટરને કામ કરવાનો તે દરદ ઉપર વખત બહુજ થોડો મળે છે, એટલે પરિણામ બુરાંજ આવે છે.એક કેસમાં મારે એવું બનેલું કે દરદી પંદર વરસનો છોકરો હતો, તેને ખારેક, કેસર, અને લોહભસ્મ એક માણસે આપી. ૮ આઠ દિવસ ખાધી, દસ્ત બંધ થઈ ગયો, ૭ દિવસ સુધી બીલકુલ દસ્ત ન થયો. અનંત ઉપાયો કર્યા પછી પડદામાં નાંખી, દીવો કરી બહાર ઓછાયો ન પડે માટે ગૌમુત્ર મુકયું. જે આવે જાય, તેણે ચરણ સ્પર્શ કરી અંદર જવું જોઇએ. છેવટે મને બોલાવ્યો, હું સાથે ગયો, દરદીને મરણ પામવાને ફક્ત દસેક મિનિટ હશે. મેં તે જોઇ દવા ન આપી અને ઘેર આવ્યો, ત્યાં દરદી મરી ગયો, મેં મારે કાને સાંભળ્યું કે માતાનું અપમાન થવાથી છોકરો મરી ગયો. આવા અજ્ઞાન દેશમાં કામ કરવું મુશ્કેલ પડે છે. એક વાણીઆને શૂળની દવા પંદર દિવસ કરી સાજો થયો છેવટે "અળાઓ" નીકળી છે, માટે દવા બંધ કરૂં છું અને મને તો એક ભરવાડે બાધા આપી છે, તેથી સારૂં થશે. વાંચક ખ્યાલ કરો કે ઉનાળાની અળાઈ તો નીકળેજ અને તે દરદી સારો થયો છે. તેની અળાઓ વરસાદ થતાં મટશે એટલે જશ તે ભરવાડને મળશે. આવા પણ લોકો છે.

આવા લોકોમાં તમારે કામ કરી યશ મેળવવાનો છે. શહેરના સુધરેલા લોકો અને ગામડાના અજ્ઞાન લોકોમાં ઘણો ફેર છે. એક દરદીના પગની ચારે આંગળી કાપી નાખી રૂઝાતાં વાર લાગી, એટલે

લગભગ દોઢેક મહીને દરદી કહે, કે આતો સોના કરતાં ઘડામણ મોંઘું છે; કારણ કે એક માણસને કાંટો વાગેલ તેને એક ભરવાડે ત્રણ દિવસમાં સારો કર્યો, જ્યારે તેમાંએ તો દોઢ માસ લીધો. વાંચક ક્યાં કાંટો અને ક્યાં ચાર આંગળીનું કાપવું ? આવા અજ્ઞાન લોકોમાં કામ કરવું મુશ્કેલ છે, છતાં આ પરોપકારનો ધંધો છે, એટલે પ્રભુ પામવા અને આત્માનું કલ્યાણ સાધવા આ ધંધો તો જરૂર કરવો અને તેમાં ઉત્સાહ પણ રાખવો. ક્રાઇસ્ટે પણ દીન અને દુઃખીની સેવા કરી હતી; માટે તું પણ તેમજ કરજે, હો ? આમીન.

પ્રકરણ ૪ થું.

દરદીની સંભાળ.

સેવીકાએ દરદીની કેમ સંભાળ રાખવી, તે ખાસ આવશ્યકીય છે. સેવીકાની પ્રથમ ફરજ દરદીને સંભાળવાની છે. જે સંયોગોમાં સેવિકાને બોલાવવામાં આવે છે, તેને વશ થઈ સેવિકા દરદીને સંતોષ આપે, તો તે દરદી પોતાના ભવિષ્ય વિષે નિશ્ચિંત બને છે. : તેથીજ દરદીને સુખ ચેનમાં અને સગવડમાં બરોબર સંભાળી રાખવો, અને તેમ કરવામાં નાની નાની બાબતો તરફ પણ ધ્યાન આપવું. તેનો ખોરાક, કપડાં વિગેરે પહેરાવવા, કાઢવાની બાબત, ઉઠ બેશ કરાવતી વખતે અને બીજી જરૂર વખતે સેવિકાએ ખાસ ધ્યાન આપવાનું છે, તેની ચોકખાઈ માટે ખાસ જોવું, તેના વાળ સાફ રાખવા, મોઢું ધોવું વગેરે જે કાંઇ માલમ પડે, તે તુરત કરવાનું છે અને તેને પસંદ પડે તેવી રીતભાતથી શાંત રાખવો અને સુઘડતાથી વરતી ખાત્રી આપવી કે તે દરદીની સારવાર કરવા યોગ્ય છે. ઈસ્પીતાલની નર્સો અને ખાનગી ધંધામાં પડેલી સીવીલ નર્સોમાં એટલોજ ફેર છે, કે એક હુકમ કરે છે, જ્યારે બીજી દરદીને ખુશ કરવા યત્ન કરે છે.

ઓરડામાં અવાજ તો બીલકુલ થવોજ ન ઘટે. કામ જલ્દી માયાળુ-તાથી અને કોઈ પણ પ્રકારના દેખાવ વિના થવું જોઇએ. દરેક કામ બારીકાઇથી અને ચપળતાથી કરવું.

દરદીના કપડાં કાઢતી વખતે સાવચેતી રાખવી. તેના ઈજાવાળા ભાગને દુઃખ ન થાય, તેમ કાઢવાં. તેની એબ અને સેવીકાની એબ સચવાય તેમ કાઢવાં. કપડાં પહેરાવતી વખતે પણ તેજ કાળજી રાખવી. પવનની સાવચેતી રાખવી, દરદીને બેસાડતાં, સુવાડતાં, ઉઠાડતાં, વિગેરે વખતે કાળજી રાખવાની છે. તેને અમુક રીતે બેસાડવા, સુવાડવા, ઉઠાડવાના નિયમો પણ છે. તે બધાં અત્રે આવા નાના પુસ્તકોમાં આપી શકાય નહિ; છતાં પણ સાધારણ એમ્બ્યુલન્સની રીત જો જોઈ હોય, તો ખાસ શિક્ષણની જરૂર નથી હોતી, અને છતાં પણ સાધારણ બુદ્ધિ વાપરવાથી જણાશે, કે દરદીને જેવી રીતે આરામ મળે તેમ કરવાનું છે.

લાંબા વખતની બિમારીથી દરદીને અશક્ત થઇ, ખાટલામાં પડયા રહેવું પડે છે, તે વખતે જો બરોબર સાવચેતી ફેરવવાની ન રાખીયે, તો અને સ્વચ્છતાના નિયમો ન જાળવીએ તો સુવાના દબા-ણથી ચામડી ભીની થઇ, ચાંદા પડી જાય છે. આ ચાંદા ખાસ કરીને જે ભાગ ઉપર હાડકાં દબાણ કરતાં હોય છે ત્યાં પડે છે. એટલે કે વાંસાના સ્કેપ્યુલાના ભાગ ઉપર અને પછવાડે કમ્મરની નિચેના ભાગ ઉપર ચાંદા પડે છે. આવા માંદાં પડે, કે તુરત તે સેવિકાની બેદરકારી બતાવે છે તેથી દરદી વધુ પિડાય છે. પથારીના ઓછાડની કરચલીઓ પડે, તો પણ ચાંદા પડે છે, તે પણ ખાસ જોવાનું છે. આવી નાની બાબતો ન સંભાળવાથી માઠા પરિણામો આવે છે.

જ્યારે દરદીને આવા ચાંદા પડે, ત્યારે એમ સમજવું કે હવે દરદીને ખાસ સંભાળથી રાખવાની જરૂર છે. તેથી દરદીને કદી એકલો મૂકવો નહિ. તેને નવરાવવો, અગર તો તે ચાંદા સાફ કરવાં. તેને

વારેઘડીએ પડખાં ફેરવ ફેરવ કરવા, કે જેથી ચાંદા ઉપર વજન લાંબો વખત ન રહે અને મટતાં વાર ન થાય. આવાં ચાંદા સુકા રાખવા જોઇએ. તે ચાંદાને લોશનથી સાફ કરી, ટુવાલથી લૂછી નાંખી, દારૂ અને પાણીનું મીશ્રણ ચોપડી પછી, બોરીક, ઝીંક અને ફ્રેંચ ચોકનું ડ્રેસીંગ કરવું. તે વારી ઘડીએ ફેરવવું. ગમે તેવા ચાંદા હોય, તે પણ આમ કરવાથી થોડી મુદતે મટી જાય છે. કેટલાક ફ્રેંચ ચોકના બદલે કેલેમાઇન પાઉડર અથવા ટેલ્ક પાઉડર વાપરે છે. અને તે પણ અનુભવ્યા પ્રમાણે ઠીક કામ આપે છે. દરદીને ભીનાશ ચામડી ઉપર જ્યારે ખુબ વળતી હોય, ત્યારે કપુરના તેલથી ચામડીને માલેશ કરવી. કેટલાંક કોલોડીઅન colodion વાપરે છે, પરંતુ દરેક કેસમાં સારા પરિણામ આવતાં નથી. છતાં વાપરવામાં હરકત નથી. તેથી તેવા પથારીવશ પડેલાના ચાંદા અટકી જાય છે, પરંતુ એમ ન બને તેના માટે સેવિકાએ હંમેશાં દરદીના કપડાં સુંવાળાં રાખવાં અને પથારીનું ઓછાડ અને ઓછાડ નીચેની સાદર બંન્ને સુંવાળા, કરચલી વિનાના રાખવાથી ચાંદા નહિજ પડે, તે ઉપર જણાવી દીધું છે. દરદીને અવાર નવાર પડખાં બદલવા સૂચવવું.+

સેવીકાએ નીચેની સુચનાઓ ઉપર ધ્યાન આપવું.

૧. દરદીના ખાટલા ઉપર બેસવું નહિ.

+ શરૂવાતમાં આખા ભાગમાં સાફ કરવા માટે કપુરકાચલી, ટોપરૂં અને આંબળાંને પાણીમાં વાટીને ચોપડવાં. ભાઠાં ન પડે તેને માટે શંખજીરૂ, જસતનાં ફૂલ, ફુલાવેલ ટંકણ, હીરાદખણ, સોનાગેરૂ લોદર, માયાં, કાથો અને કપુર બધાં મેળવીને તેનું ચૂર્ણ અગર કપુર શીવાય કોઇ પણ એક ચીજનું ચૂર્ણ છાંટવું. સુકાઈ છોડાં થઇ ગયા પછી તે ભાગ ઉપર કપુર અથવા ધોયેલ ઘીમાં મેળવી લગાડવાથી અથવા સરસવના તેલમાં કપડું ભીંજવી પોતું મૂકવાથી ચામડી સુંવાળી થશે.

૨. દરદીને જરૂર પડતા ભાગ સિવાય વધારે ઉઘાડો કરવો નહિ.
૩. દરદીના મોઢા ઉપર પ્રકાશ સીધો બત્તીનો અથવા સૂર્યનો પડવા દેવો નહિ.
૪. દરદી વધારે બીમાર હોય અને એક પડખે સુતો હોય તો તે પડખાને ધારવા પ્રમાણે ટાઇમ થાય, અને પાસું ન બદલે તો દરદીના કહ્યા વગર પણ તેનું પાસું બદલી આપવું.
૫. તેને ઉભા, બેઠા, સુવા અગર કાંઈ કરવા તમે યત્ન કરો, તે પહેલાં જરા તેને કહી અને કરવું.
૬. દરદીની સ્થિતિની વાતચીત દરદી સાંભળતાં ન કરવી.
૭. તેને સંતોષી, સુખી અને શાંત રાખો. માનસિક અને શારિરીક આરામ આપો અને ચિંતા કરવા ન દો.

વાળની સંભાળ.

હિંદમાં દરેક માણસ વાળ નહોતા રાખતા, પણ અંગ્રેજના રાજ્યના ઉદય પછી તેના અનુકુળ રૂપે થોડા ઘણાં વાળ પણ પુરૂષો રાખે છે, અને સ્ત્રીઓ તો સદૈવ રાખે છે. એટલે વાળની સંભાળ ખાસ રાખવાની છે. વાળથી ચ્હેરાની ખુબસુરતી વધે છે અને સ્ત્રીઓ માટે તો ખાસ તે વાત ધ્યાન ખેંચે છે, માટે સ્ત્રી દરદીના વાળ તો સદૈવ સ્વચ્છ રાખી, બરોબર ગુંથી રાખવા. હિંદુ, મુસલીમ, પારસી, ક્રિશ્ચીયન, વગેરે અને વળી ગુજરાતી, મારવાડી, એમ દેશપરત્વે સઘળાં પોતાના વાળ કેમ ગુંથવા, તે વિષે જુદી જુદી રીતો હોય છે, પણ આપણે તો સર્વ દરદીને અનૂકુળ આવે તેવી એકજ રીત ગ્રહણ કરવાની છે.

દરદીના વાળ દાંતીયાથી દરરોજ સાફ કરવા. પ્રથમ દરદીના ઓશીકા ઉપર ટુવાલ પાથરી, તે ઉપર માથું રાખી, બ્રશથી સાફ કરી લેવા. ગુંચાયેલા વાળ છેડા ઉપર હોય છે, તે જોઈ લઇ તેને બ્રશથી સીધા કરી પછી બ્રશથી મૂળમાંથી ઓળી સાફ કરવા અને છેવટે દાંતીઓ પણ ફેરવવો. તે ખાસ કરીને ઑડના ભાગ ઉપર

ફેરવવો અને તે એવી રીતે કે દરદીને બીલકુલ અગવડ ન પડે, કારણ કે દરદી આરામ વધારે માગે છે. જરા સરખો આંચકો અગર તકલીફ લાગી કે તુરત તે વાંધો લે છે. માટે ઘણીજ બારીકાઇથી વાળ સાફ કરવા. વાળના ધુંચળા વળી ખુબ ગુંચ વળી હોય, તો દારૂનો ઉપયોગ કરવો, અને દરદી જો વધારે બિમાર ન હોય, તો અઠવાડીઆમાં એક વખત તો જરૂર તેનું માથું સાફ કરવુંજ જોઇએ. તેમ કરવા માટે દરદીને ખાટલામાં આડી સુવાડવી, અને માથું લટકતું રાખવું. દરદીના માથા હેઠળ રબરનું અસ્તર બિછાવવું અથવા "કેલીપેડ" મુકવું. પાણીનું ટબ ખુરશી ઉપર એવી રીતે મુકવું, કે દરદીનું થાથું જરા થોડું જ ઉંચું રહે. પછી તેમાં વાળ બોળી સાફ કરવાં. સાફ કરતાં વાળ ચીકણાં પડી ચોંટી ન જાય, તે માટે ખાસ ધ્યાન રાખવું. એટલું ધ્યાનમાં રાખવાનું છે, કે દરદી પોતાના વાળ તણાય તે ખમી શકે નહિ, માટે તેને ધોતાં અને ચોળતાં બહુજ કાળજી રાખવાની છે.

પુરૂષો માટે તો વાળ સ્હેજ ઓળવાજ ઠીક છે એટલે તેની વધારે માથાફોડમાં પડવા જરૂર નથી.

સ્ત્રીઓના માથામાં સાફ કરતાં જુ અથવા લીંખો જણાય, તો વાળ છુટા કરી તેમાં બ્રશ ફેરવવું અને જો ગાંઠ અથવા ધુંચ હોય તો થોડું "વીનીગર" ચોળવું તેથી છુટી જશે, પછી આખા માથામાં "ટીંકચર કવોશીઆ" ભરી દઇ માથું બાંધી દેવું. ચોવીશ કલાક પછી ગરમ પાણીથી ધોઈ સાફ કરવાથી માથાના વાળ જું રહીત થશે. §

વાળના કરતા વધારે સંભાળ દરદીના મોઢાની રાખવાની છે. દરદીનું મોઢું દરેક જંતુમય છે. એટલે તેને સાફ કરવા માટે ખાસ

---

§ ટોપરૂં અને લીંબોળી બારીક મલમ જેવી વાટી માથામાં ચોપડવાથી જું લીખ મરી જશે. સુગંધ માટે કપુરકાચલી મેળવવી. અમૂક વખત પછી વાળ ગરમ પાણીથી ધોઇ નાખવાં.

ધ્યાન આપવું. દરદીના દાંત પાવડર અને બ્રશથી સાફ કરવા. તાંબાના રૂપાના અગર સોનાના અને છેવટે નેતરના ઉલીયાથી જીભનો મેલ કાઢી મોઢાને પાણીથી કોગળા કરી સ્વચ્છ કરવું. પછી "હાઇડ્રોજન પેરોક્સાઈડ" ના કોગળા કરાવવા.

આમ ન કરીએ તો ગંદુ મોઢું દરદીને ભયંકર થઇ પડે છે. અને ઘણાં દરદો મોઢાની બેદરકારીથી થાય છે. તેનાથી અજીર્ણ થાય છે. કેટલાક વખત તો કાનના દરદો પણ તેનાથી થવા સંભવ જણાય છે. મોઢામાં કાનનું છિદ્ર "પુસ્ટેચીઅન ટ્યુબ" વાટે ઉઘડે છે. તે વાટે મોઢાનો મેલ કાનમાં જઇ કાન બગાડે છે. મોઢાના બગાડથી, સંધીવા, હૃદયના દરદો, અજીર્ણ અને સાએટીકા નામના ઘણાં દરદો થાય છે, માટે મોઢાને સ્વચ્છ રાખવું. કેટલાંક પોતાના દરદીને ૨૦ ટીંપાં "ટીંચર મર્હ" નવશેકા પાશેર પાણીમાં નાખી કોગળા કરવા આપે છે. તે પણ ઠીક છે. લેમન જ્યુસના પણ કોગળા થાય છે. દાંત ઉપર બહુ મેલ હોય, તો "લેમનજ્યુસ ગ્લસરીન" અને પાણીને સરખે ભાગે મેળવી દાંત ઉપર લગાડી પછી કોગળા કરવા.+ અથવા

ટીંચર મર્હ	ડ્રામ	૧
ગ્લીસરાઇન	,,	૨
ટીંક્ચર આયોડીન	,,	૦॥
થાયમૉલ	ગ્રેન	૧
મેંથોલ	,,	૧
કેમ્ફર	,,	૦॥

+જેઠીમધ, આંબળા બાવળનાં છોડાં અને કપુરનું ચૂર્ણ કરી તેને પાણીમાં ભીંજવી ઉકાળીને કોગળા કરવા. ટીં. મર્હને બદલે મીઠાના પાણીના કોગળા કરવા. લેમન જ્યુસ અને ગ્લીસરાઇનને બદલે બાવળનાં પઈડીયાંનો ભૂકો, માયાં, હરડે, કપુર, કાથો અને ખડીનું ચૂર્ણ કરી મંજન ઘસવું.

એ સઘળું મેળવી અને દાંત ઉપર લગાડવું. તેમ છતાં પણ સોડાના પાણીના પણ કોગળા થાય છે. લીસ્ટરાઇનના પ્રવાહીમાં "પેલકો" નાં થોડાં ટીપાં નાખી કોગળા કરવાથી મોઢું સાફ થાય છે. એથી ત્રણ વખત મોઢું સાફ કરવું. મોઢામાં કૃત્રિમ દાંત હોય, તો કાઢી નાંખવા અને સ્વચ્છ રાખવા.

દરદીને માટે ગંદી તેમજ છેવટની એક સારવાર ઝાડા પેસાબ અને તે મારગો સ્વચ્છ રાખવાની છે. દરદીને બને અને ફાવે તો ઝાડા માટે ટેબલમાં ગોઠવેલ ટબ–કમોડ વાપરવું. બહુ બિમાર હોય તો તેને માટે "બેડ પૅન" વાપરવું. પેસાબ માટે પણ "યુરીનલ" વાપરવું. આ ક્રિયાઓ દરદીને સવડ પડતી કરવી અને એટલી સ્વચ્છતા જાળવવી કે દરદી પાસે જરા પણ ગંદકી ન જણાય. વળી કેટલાક દરદીને ઝાડા વખતે સ્વચ્છ કરતાં પાણી વાપરવાથી ચાંદાં પડે છે. તેમના માટે ખાસ કાગળો આવે છે, તે વાપરવા અને બહુજ ચોકખાઇ રાખવી. દવાખાનામાં "બેડપેન" અને "યુરિનલ" વપરાતાં જોઈ તેની તરફ આપણને આકર્ષણ થતું નથી, વળી હિંદુઓ સુતા અગર અર્ધ બેઠા બેઠા ઝાડે જવાની ટેવવાળા નથી, એટલે "બેડપેન" અથવા "કમોડ" ફાવે નહિ; છતાં પણ કેસની જરૂરીઆત પ્રમાણે વર્તવું તે ઠીક પડશે. બેડપેન જરા ચામડીની ગરમી જેટલું ગરમ જોઇએ. એને ખસી જાય તેવું ન જોઇએ, તેમજ સેક્રમ સુધી બરોબર ગોઠવવું.

રાત્રે સુવાડતી વખતે બને તો દરદીના હાથ, પગ, મોઢું ધોઈ વાળ બાંધી લેવાં અને મોઢું સ્વચ્છ કરી, સુવા દેવો. દરદીને સીધ્ધો સુવા કહેવું અને એ રીતે સુવા સુચના આપવી. રાત્રે ઘરમાં ફુલ વિગેરે ન રાખી શાંત ઓરડો કરવો. સ્હેજ અંધારા જેવું કરી, શાંતીથી દરદીને સુવા દેવો. એક સુચના બાકી રહી ગઇ અને તે દરદીના નખ માટે. નખ ટુંકા કાપી અને સ્વચ્છ રાખવા.

હવે દરદીના ખોરાક માટે મારે ખાસ જણાવવાનું છે, કે તે

સેવિકાએ બરોબર ધ્યાન રાખવું, નહિ તો હિંદ બીન કેળવાયેલ દેશ છે અને ત્યાં જુદા જુદા મત ચાલે છે. વળી ડોશીઓ, ડોસાઓ અને દોઢ ડાહ્યાઓ આવી અને કેસ સંબંધે વાત કરી, જુદા જુદા દૃષ્ટાંત દઇ, તમારો કેસ બગાડશે. કેટલાક તો કહેશે, કે "ખાધા વિના કોઠો સુકાઈ જાય." માટે ખવરાવો. આવા અજ્ઞાની લોકો હિંદમાં ઘણાં છે. એક કેસ જોવા હું ગયેલો, દરદીને ઝાડો સાત દિવસથી બંધ. ઉલ્ટી પુષ્કળ થતી હતી. હું બેઠો હતો, ત્યાં એક બાઇએ આવી અને કહ્યું. "ભા, કાંઈ ખાધું?" દરદીએ ના પાડી. તેથી તેણે કહ્યું. "અરરર કાંઇ ખાધા વિના જીવાય? માટે ખાવ નહિં તો કોઠો સુકાઇ જશે." આવા ગમાર લોકોની વચમાં તમારે દૃઢતાથી કામ કરવાનું છે. બને તો ખોરાક દૂધ, કાંજી, દાળ, ભાત, અને ઓસામણ જેવો હલકો રાખવો, અને દરદ નાબુદ થયા પછી ધીરેધીરે ખોરાક ઉપર ચડાવવો. ખોરાક માટે દરદીની રૂચિ પ્રથમ જોવી, જો તેની ઇચ્છા હોય તોજ આપવો. ખોરાક રૂચિ ઉત્પન્ન કરે તેવો રાખવો.

આ રીતે દરદીની સારવાર કરનાર સેવિકા જરૂર ખ્યાતી મેળવે છે; અને કદાચ નિંદા અથવા સ્તૂતિ થાય, લક્ષ્મી મળે અથવા ન પણ મળે, સેવા કરતા અને ફરજ બજાવતાં મર્ણ થાય યા જીવાય તેની દરકાર ન રાખતાં ફક્ત શાસ્ત્રીય રીતેજ સેવીકાએ વર્તવું. કોઈ પણ સંજોગોમાં શાસ્ત્રીય રીત છોડી લોકમતની ધરેડમાં તણાવું નહીં.

પ્રકરણ ૫ મું.

પાણીનો ઉપયોગ

દરેક ઔષધ પહેલાં પાણીનો ઉપયોગ દરેક દેશના વૈદકશાસ્ત્રમાં પ્રથમ બતાવાયેલો છે. પાણી એ કુદરતની એક બક્ષિસ છે અને તેનો ઉપયોગ કુદરતને મદદ કરવા માટેજ છે. પાણીના સુંદર ઝરાઓની

હવા શરીર, મન અને ફેફસાંને આલ્હાદક છે. પાણીનેા ઉપયેાગ ત્રણ રીતે થાય છે. નક્કર વસ્તુરૂપે બરફ, પ્રવાહીરૂપે પાણી અને હવારૂપે વરાળ, એમ ત્રણ પ્રકારે તેનેા ઉપયેાગ થાય છે. દરેક મેટેરીઆ મેડીકાના પુસ્તકેામાં પણ પાણીને પ્રથમ વર્ણવેલ છે. અરે જેનામાં પાણી ન હેાય તે માણસ પણ નકામું. પાણીદાર મેાતીની કીંમત વધે. પાણીદાર ઘેાડા તેા પ્રથમ પંકતીમાં આવે છે. પાણીનેા રંગ પણ સ્થીર છે. પાણી એ બધી રીતે ઉત્તમ વસ્તુ છે. કુદરતે આકાશ, પૃથ્વી અને પાતાળ સર્વે જગ્યેાએ પાણી ભર્યું છે. પાણીમય સંસાર છે. માટે આપણે પણ પ્રથમ પાણીનેા ઉપયેાગ લઇએ.

પાણીથી મટતાં દરદેા ઉપર એક વિસ્તૃત ગ્રંથ+ લખાયેા છે. પાણીની ચિકિત્સાથી ઘણાં દરદેા સારાં થાય છે. "હાઇડ્રોથીરેપી" નામની પદ્ધતિથી ઘણાં દરદેા સારાં થાય છે. હજારેા વર્ષથી આમ ઉપયેાગ પાણીનેા છે. રૂષિ, મુનિયેાના વખતમાં પણ તે હતેા.

પાણીની અસર બે રીતે થાય છે. એક તેા પ્રાથમિક અસર અને બીજી ગૌણ અસર છે. ઠંડુ પાણી લગાડવાથી રક્તવાહિનીએા સંકેાચાય તે †પ્રાથમિક અસર, અને તે સંકેાચાવાથી બીજા ભાગમાં લેાહીનું દબાણ થાય, તે ગૌણ અથવા સેકંડરી અસર થઈ. પાણીના ઉપયેાગથી સ્વચ્છતા, લાલાશ અને કામનેા વધારેા થાય છે. તેથી તેની અસર બે રીતે થાય છે. પ્રથમ જ્ઞાનતંતુએા ઉપર તેની અસર થાય, છે પછી રક્તવાહિનીએા ઉપર થાય છે. પ્રથમ રક્તવાહિનીએા સંકેાચાય છે, પછી વિસ્તૃત થઇ તેમાં લેાહીનેા જથ્થેા એકત્ર થાય છે. લાંબેા વખત જો આપણે ઠંડક લગાડીએ તેા રક્તવાહિનીએા સંકેાચાઇ તેવી સ્થીતિમાં ઘણેા વખત રહે છે; તેથી ઠંડા પાણીનું સ્નાન અને ફુવારા સ્નાન માટે વૃદ્ધ લેાકેાએ કાળજી રાખવાની છે.

\+ ડૉકટર કુન્હેની જલેાપચાર પદ્ધતિ.

† Primary.

પાણીની ગરમી—નીચેની ડીગીઓથી જુદી જુદી રીતે નાવાના પાણીના પ્રકાર થાય છે.

શીતળ સ્નાન	૩૩–૬૫ ડીગ્રી–ફેરેનટીટ–	Cold Bath
ઠંડુ સ્નાન	૬૫–૭૫ „	Cool Bath
નવશેકું સ્નાન	૭૫–૯૨ „	Tepid Bath
ગરમ પાણીનું સ્નાન	૯૨–૯૮ „	Warm Bath
ઉષ્ણ સ્નાન	૯૪–૧૧૬ „	Hot Bath

નાતી વખતે ચામડીની ગરમી ખાસ ધ્યાનમાં લેવાની છે. બેાયલર પાસે કામ કરતેા માણસ આવી સાધારણ જળમાં પડે, તેા તેને તે બરફ કરતાં પણ વધુ ઠંડુ લાગે. કેટલીક વખત ઠંડા ઝરામાં ચેાવીસ કલાક બેાયલર ઉપર ઉનાળાના સખત દિવસેામાં કામ કર્યા પછી જો આગ નાખનાર આવી પડતું મુકે, તેા તેને ઠંડા જળનેા આઘાત થઇ તે મરણ પામે છે. ચામડીની ગરમી અને પાણીની ગરમીના તફાવત ઉપર તેની અસરનેા આધાર છે. શરીરના કેટલાક ભાગ ઉપર ઠંડુ અને કેટલાક ભાગ ઉપર ગરમ પાણી જલદી અસર કરે છે. જેમકે આંખેા અને ચહેરા ઉપર ઠંડા પાણીની સારી અસર થાય છે, જ્યારે પેટ ઉપર ગરમ પાણીની ઠીક અસર જણાય છે. એટલે અમુક ભાગ ઉપર અમુક ખાસ અસર થાય છે. એટલે કયા ભાગ ઉપર કેવું પાણી વપરાયું છે, તે જોવાથી તેની અસર જણાય છે. વળી પાણીને લગાડવાનેા વખત પણ ખાસ જોવાનેા છે. લાંબેા વખત ઠંડુ અગર ગરમ પાણી લગાડીએ, તેા રક્તવાહિનીએા ઉપર કાયમી અસર પેદા કરે છે. બરફ ઘસીએ તેા અસર વધારે થાય છે. દરદીની શારિરીક અને માનસિક સ્થિતિ ઉપર પણ ઘણેા આધાર પાણીની અસરનેા રહે છે. પાંડુરેાગ, દારૂ પાધેલી સ્થિતિ, મેાર્ફીઆની ઝીણી ઝહરી અસર, કે જેમાં શરીરની શક્તિનેા ભાસ થાય છે. તેમાં બરેાબર પાણીની અસર એાછી થાય છે. દરદની કઇ સ્થિતિ છે, તેના ઉપર પણ આધાર છે. દરદ લાંબેા વખત ટકયું હેાય તેા અસર એાછી રહે છે.

પાણી વાપરવાના પ્રકાર નીચે પ્રમાણે છેઃ—

૧. **સ્નાનઃ**—હિંદુઓ પ્રથમ નાહ્યા પછીજ પોતાનું કામ કરે છે. એટલે નહાવાની બાબતમાં વધારે લખવું તે અયોગ્ય છે. સાધારણ પાણી શરીરે લગાડવું, તેને સ્નાન કહે છે. પાણી હાથથી લગાડો, ભીના કપડાંથી લગાડો, અથવા લોટામાં ભરી રેડો, અથવા ટબમાં ભરી તેમાં બેસો. નાતી વખતે અમુક અસર નીયમવવા માટે વાદળીની જરૂર છે. તાવ વાળી સ્થિતિમાં તાવ ઉતારવા પાણી શરીરે વાદળીથી લગાડાય છે.

મીણીયું અથવા રબરની ચાદર પાથરી તેના ઉપર કાંબળો પાથરવો અને પછી તેના ઉપર ઓછાડ ઓછાડવો, તેના ઉપર દરદીને સુવાડવો ૫૦–૬૦ ડીગ્રી ગરમીવાળું પાણી પ્રથમ ચ્હેરા ઉપર લગાડવું. ૯૦ ડીગ્રીવાળું ગરમ પાણી પ્રથમ આખા શરીરે લગાડવું. પછી દરેક વખતે ઠંડુ પાણી લગાડયે જવું. પાણી કપડાં અગર વાદળીથી લગાડવું. હાથે અને પગે પાણી ન લગાડવું. જો શરીરની સ્થિતિ સારી હશે, તો તાવ ઉતરી જશે અને તેને સુકા કપડાંમાં વિંટાળી લેવો.

બીજી રીતે પાણી માથા ઉપર, ચ્હેરા ઉપર, છાતી ઉપર અને પેટ ઉપર રેડવાથી પણ તાવ ઉતરે છે. આ રીત સહુથી સારી અને જલદી બને તેવી છે.

૨. **અર્ધસ્નાનઃ**—દરદીને ટબમાં બેસારી, પાણી તેની છાતી સુધી આવે તેમ ભરવું. પછી તે પાણી તેના ખભા અને માથા ઉપર નાંખવું, તેને બહાર કાઢી લૂછી નાખી, સુવાડી ઢાંકી દેવો. આ રીત સ્નાન કરતાં પણ સારી છે.

૩. **જળસિંચનઃ**—દરદીને ટબમાં બેસાડવો, પછી તેના માથા ઉપર પાણીની ધાર કરવી. આવા પાણીની શરૂઆતમાં ૯૦ ડીગ્રી ગરમી રાખવી અને તે ૬૦ સુધી ઓછી કરતા જવી. આની અસર ઘણીજ સારી થાય છે.

૪. **આચ્છાદન સ્નાનઃ**—દરદીનું મોઢું ઠંડા પાણીથી ધોવું, તેના માથા ઉપર ભીનો કકડો બાંધવો, પછી એક કામળો પાથરવો, તેના ઉપર એક ભીની ચાદર ઓછાડવી. તેના ઉપર દરદીને તેના હાથ પગ પહોળા રાખી સુવાડવો. પછી એક ચાદર આડી તેના ઉપર ઓછાડવી. ચાદરનો નીચેનો ભાગ બે સાથળની વચમાં દબાવી દેવો, તેના હાથ પગ બરોબર સીધા રાખી, પછી તેના ઉપર ભીની ચાદર ઓઢાડી દેવી અને ચાદરની કોર ચારે કોરથી દબાવી દેવી. પછી શરીરના જુદા જુદા ભાગ ઉપર ઘસવું, કે જેથી તે ભાગો ગરમ થાય, અને પછી ૬૦ ડીગ્રી ગરમ પાણી રેડી ફરી ઘસવું, કે તે ગરમ થાય, એમ દરદીને ટાઢ વાય ત્યાં સુધી કરવું. પછી તેને બહાર કાઢી શરીર લુછી અને ઓઢાડી સુવાડી દેવો.

૫. **શીત મર્દનઃ**—દરદીને સુવાડી અને એક ચાદર ૫૦–૬૦ ડીગ્રીવાળા પાણીમાં બોળી તેના ઉપર ઓઢાડી તેના ઉપર ટાપલીઓ મારવી, તે એટલે સુધી કે જરા ગરમાવો અને રતાશ આવે. આ રીત ક્ષયના દરદી અને પાંડુરોગ માટે ઉત્તમ છે.

૬. **ચાદર સ્નાનઃ**—રબરનું અસ્તર પાથરી ઉપર કાંબળો પાથરવો અને તેના ઉપર શણની ચાદર ભીની કરી ઓછાડવી, તેના ઉપર દરદીને સુવાડવો. તેના ઉપર એક આડી ચાદર ઓછાડી ભીનું કપડું ઓછાડવું, પછી તેના ઉપર કામળા ચાર છ ઓઢાડવા અને દસ મિનિટ સુધી તેને ચંપી કરવી અગર ઉપરથી દબાવવો. દસ મિનિટમાં પરસેવો વળી તાવ ઉતરી જશે અને નાડીના ધબકારા ઓછા થશે. નાડીના ધબકારા ઓછા થશે. જેને અંગ્રેજીમાં "ડીલીરયમ" કહે છે, તે બકવા થઇ જવાની તૈયારી હોવ તેને આમ કરવાથી ઠીક થઈ જાય છે. મારા એક કેસમાં આ રીતથી ફાયદો મળ્યો હતો. દરદીનું નામ ફકરૂદ્દીન હતું. તેને નિદ્રા આ સારવાર દરમિઆન આવી હતી. કદી નિદ્રામાં પડે તો જગાડવો નહિ.

દરદીને જો જલદી તાવ ઉતારવો હોય તો તેને સુવાડયા પછી

તુરત બીજી ભીની ચાદર, ત્રીજી એમ વારાફરતી ઓઢાડવી. તેમ કરવાથી તાવ જલદી ઉતરે છે. આમ ન કરીએ તેા તાવમાં ઘણા મૃત્યુ પામે છે. ચાદરની નિચે દરદીને પંદર મિનિટ સુધી રાખવેા અને તેને સ્નાન કરાવવું, પણ થાક લાગ્યેા હેાય તેા તેમ ન કરાવવું.

૭. ઉપરની રીતમાં ઠંડા પાણીને બદલે શણીયું ખમાય તેટલા ગરમ પાણીમાં બેાળી દરદીને લપેટી તેના ઉપર બે ચાર કાંબળા ઓઢાડવા. આમ કરવાથી ઘણેાજ પસીનેા છુટશે.

નાવાના આ કામ માટે ટબ આવે છે.

૮. **બાફ:**—વરાળ-સ્નાન એ પણ પસીનેા લાવી શરીરમાંથી જહર બહાર કાઢી અને તાવ ઉતારવાની સરસ રીત છે. દેશી રીત પ્રમાણે દરદીને માંચી ઉપર બેસાડી અને તેને ઓઢાડી દેવું, તે એવી રીતે કે વરાળ બહાર ન નીકળે. પછી દરદીની અગાડી ઉકળતાં બહુજ વરાળ નીકળતાં માટલાને મુકવું અને તેનું ઢાકણું આસ્તે ઉઘાડવું, અમુક વખત પછી દરદીને પસીનેા થશે. પછી ખૂબ પસીનેા વળ્યા પછી દરદીને લૂછી અને ઓઢાડી સુવાડી દેવેા.

વિલાયતી ઢબ પ્રમાણે તેા એવી પેટીઓ તૈયાર કરેલી આવે છે એટલે તેમાં તેને બેસારી પાણીને નીચેથી ધીમે ધીમે ગરમ કરવું અને તે વરાળથી તેને ઠીક પડે છે. ચામડીમાંથી બગાડ કાઢવાથી તાવ ઉતરે છે અને ઉંટાટીયામાં વરાળની નાસ લેવાથી ઉધરસ નરમ પડે છે. આમ ઉકળતા પાણીમાંથી વરાળ નીકળે છે, તે સુંઘવાથી અને શરીરે તેનેા બાફ લેવાથી તાવ અને ઉધરસ બન્નેમાં ફાયદેા થાય છે.

૯. પથારીમાં સ્નાન.

પથારીમાં ચાદર પાથરી દરદીને સુવાડી તેના મેાંઢા ઉપર, છાતી ઉપર, હાથ ઉપર, અને સઘળાં શરીર ઉપર પાણીમાં કપડું બેાળી નીચેાવી અને ફેરવવું. શરીર સાફ કર્યા પછી ચાદર કાઢી લઈ પથારીમાં દરદીને સુવાડી દેવેા.

૧૦. નહિમ બાથ—Nawhim Bath.

આ રીત હૃદયના દરદી માટે વપરાય છે. એક ટબ, ટબમાં કારબોનીક એસીડ ગેસ અથવા કારબન ડાયોકસાઇડ મેળવેલું પ્રવાહી ભરી નાવાથી હૃદય અને મગજ બંન્ને પ્રફુલ્લ બને છે. ૪૦ ગેલેન પાણી, સાડા સાત શેર મીઠું. નવ ઔંસ કેલસ્યમ કલોરાઇડ, આઠ ઔંસ સોડા બાઈ કાર્બ અને એક શેર હાઇડ્રોકલોરીક એસીડ. આ મેળવણી નહીમ–બાથને મળતી છે.×

હૃદયના દરદમાં શીતળ સ્નાનનો ઉપયોગ ન કરવો કારણ કે તેનાથી આઘાત–શોક Shock થાય છે. હૃદયના દરદીને ચામડીની ગરમીવાળા પાણીનું સ્નાન આપવું.

૧૧. ગરમ સ્નાન.

ગરમ સ્નાન એ એવું સ્નાન છે, કે પાણીની ગરમી ૯૨ અને તેથી વિશેષ જોઇએ અને અગાડી એક બીજું ટબ પાણીનું ૯૫ ડીગ્રી સુધીનું ભરેલું રાખવું.

હાથ, પગ, મોઢું, ગરમ પાણીથી ધોઈ, પછી ટબમાં દરદીને સુવાડવો અને તેમાં તે ૧૦ થી ૩૦ મીનિટ રહે. પછી તુરત પાણીની બહાર કાઢી લુછ્યા સિવાય તેને એકદમ કામળામાં લપેટી લેવો અને ઓઢાડી સુવાડી દેવો. પગ પાસે ગરમ પાણીની બાટલીઓ મુકી દસ મિનિટ ઢાંકી રાખવો, પછી તેને લુછી કપડાં પહેરાવી આરામ કરવા દેવો. આ સ્નાનથી તેને ખૂબ પસીનો વળશે. સૂઝેલા સોજામાં અથવા સોજાવાળા માંસના લોચા ઉપર નહાતી વખત માલીશ કરવી. કેટલાક લોકો નાહ્યા પછી દારૂ ચોળે છે. આથી સ્નાયુને શાંતી મળે છે. આ રીત તાવ ઉતારવા વપરાય છે. તેનાથી દરદ ઓછું થાય છે અને તે નીચેના દરદોમાં ફાયદો આપે છે.

× ટબની અંદર તુલસીના પાનનો રસ પાણીમાં નાખી નાહિમ-બાથ તરીખે ઉપયોગ કરવો.

૧. સંધીવા, ગાઉટ, આર્તવના દરદો, મગજના અસ્તરનો સોજો, હ્રદયનું દરદ, નિદ્રાનાશ.

૨. સખત બળેલું, ચામડીના દરદો, સાંધા અને હાડકાંનો ક્ષય, ગુમડાં, ગુરદાનો વરમ.

૧૨. કટી-સ્નાન. (સીટસબાથ).

હિંદુઓના માટે આ સ્નાન બની શકે તેવું છે. આ સ્નાન બે રીતે લેવાય છે. એક ઠંડા પાણીથી અને બીજું ગરમ પાણીથી લેવાય છે. પાણીથી ભરેલા ટબમાં બેસવું અને હાથ પગ કોરા રાખવા. શરીર ઉપર પાણી રેડવું. આમ કરવાથી પેટની રક્તવાહિનીઓમાં લોહી ફરી અને રસ્તા ખુલ્લા થાય છે. ગરમ પાણીથી સ્ત્રીઓના રૂતુ સંબંધી દરદો મટે છે, તેમજ પેસાબની થેલીનો સોજો અને ઝાડા મટે છે.

૧૩. પાદ-સ્નાન. (ફુટબાથ.)—ગરમ પાણીમાં અથવા ઠંડા પાણીમાં અમુક વખત પગ બોળી રાખવા. કદાચ રાઈ મેળવાય છે. આથી પિડિતાર્તવ મટે છે.

ડુશ—પાણીને વાસણમાં ભરી રબરની નળી વાટે નૉઝલથી ધાર અમુક ભાગ ઉપર કરવી તેને ડુશ કહે છે.

૧૪. વર્ષા-સ્નાન—આની બીજી રીત શાવર બાથ-રેઈન ડુશ છે. ઝીણા ઝીણા છિદ્રવાળી ગરણી પાઈપને લગાડેલી હોય તેમાંથી પાણી વરસાદની માફક શરિર ઉપર પડે તેને વર્ષાસ્નાન કહે છે. પાંડુરોગ સ્નાયુની નબળાઈ અને હ્રદયના દરદમાં ઠીક પડે છે.

૧૫. કોમ્પ્રેસ—પાણીના ઉપયોગમાં આ સર્વમાન્ય ચિકિત્સા જનસમૂહમાં વધારે વજન ધરાવે છે. તે ઠંડા અગર ગરમ પાણીના રૂપમાં વપરાય છે. સણના કપડાંની ઘડીઓ વાળી અને પાણીમાં બોળી, જે ભાગને લગાડવાનું હોય, તે ઉપર તે લગાડાય છે અને તે એવી રીતે બંધ બેસતું લગાડવું કે તેની અને ચામડીની વચમાં હવા ન જાય, નહિ તો ફાયદો ધાર્યાં પ્રમાણે થતો નથી. માથા ઉપર ૧૦

ડીગ્રી પાણીમાં ભીંજવેલ ટુવાલ લગાડવો અને તે પાઘડીની માફક બાંધી દેવો.

ગળાના જ્યારે કાકડા આવી જાય છે. ત્યારે કોમ્પ્રેસ લગાડાય છે. નાના બાળકો જ્યારે ધાવી શકતા નથી અને જેને વૃદ્ધજનો ગળુ પડયું તેમ કહે છે; તે બાળક ગળી જઇ તેને ઝાડા થાય છે, ઉલ્ટી થાય છે, અને શરીરમાંથી લોહી ઉડી જઈ ચામડી ટટળે છે, ઝીણો તાવ પણ આવે. આવા બાળકને ગળા ઉપર કોમ્પ્રેસ લગાડવું,+ તે સહુથી વધારે ઉપયોગી છે. ૬૦ ડીગ્રીવાળા ગરમ પાણીમાં શણનું કપડું બોળી તે લગાડવું. એક કાનથી બીજા કાન સુધી ગળા ઉપર લગાડવું અને ડૉક ઉપર પણ લગાડવું. તેના ઉપર ફ્લેનલનો પાટો ૮ ઈંચ × ૨૪ ઈંચ બાંધવો. છાતી ઉપર પણ કોમ્પ્રેસ થાય છે, તે ન્યુમોનીઆમાં પણ ઉપયોગી છે. પેટ ઉપર સગર્ભા સ્થિતિની ઉલટીમાં કોમ્પ્રેસ થાય છે. હોજરીના સોજામાં હોજરીના ચાંદામાં અને પિડિતાર્તવમાં ઉપયોગી છે. આંખ ઉપર પણ કોમ્પ્રેસ લગાડાય છે. લાગવાથી લોહીનો જમાવ થાય, ત્યારે ઠંડુ કોમ્પ્રેસ ઠીક પડે છે.

ગરમ કોમ્પ્રેસ આંજણી અને પોપચાંના દરદમાં ઠીક પડે છે, તે ભાગને ઉત્તેજન આપે છે, અને દરદને શાંત કરે છે. ઠંડા કોમ્પ્રેસની ડીગ્રી ૬૦ હોવી જોઇએ; પણ જો ૭૫ ડીગ્રી હોય તો રક્તવાહિનીઓ વિસ્તૃત થાય છે અને શાંતી મળે છે. જો ગરમી બહુજ ઓછી એટલે ૫૦ ડીગ્રી હોય, તો રક્તવાહિનીઓ સંકોચાઈ દરદ વધુ થાય છે. ઠંડીમાં દરેક જણને અનુભવ હશે કે દરદ વધારે થાય

+આંહી હળદર, ફુલાવેલ ટંકણ મધમાં મેળવી ગળામાં લગાડવું. કાચું કેળું અને સુરોખાર મેળવી ગળા ઉપર બાંધવું. નાનાં છોકરાને ગળું પડયું હોય તો જાયફળને દુધમાં ઘસી ચોપડવાથી અથવા કોઈપણ ચીકણી વસ્તુને પાણીમાં ઘસીને ચોપડવાથી તાળવું ઉપડી આવશે.

છે, એનું આજ કારણ છે; માટે જો ઠંડા પાણીનું કોમ્પ્રેસ લગાડવું હોય તો તે લગાડયા પછી તેના ઉપર બરફ લગાડવો.

હૉટ-કોમ્પ્રેસ—ગરમ પાણીમાં શણનો કટકો બોળવો, તે નિચોવી વરાળ ભર્યો લગાડવો. એક ચોરસ બીજા કકડામાં શણનો કટકો નાંખી, તે પાણીમાં બોળવો અને તેના બે છેડા હાથમાં રાખવા અને બહાર કાઢી નીચોવવા, પછી તેમાંથી વરાળવાળો કટકો લઈ, અને જે ભાગ ઉપર શેક કરવાનો હોય તેના ઉપર લગાડવો. ગુંમડાં, સંધીવા, કટીશૂળ અને સાએટીકામાં ઠીક પડે છે.

સંપૂર્ણ સ્નાન—ગરમ અને ઠંડા ગમે તે પાણીમાં શરીરને આખું બોળવું તે સંપૂર્ણ સ્નાન છે. તે વખતે શરીરને ખૂબ ઘસવાથી ઠીક પડે છે. પથારીમાં બેવડો કામળો પાથરવો, તેના ઉપર શણીયું પાથરવું. પગ પાસે ગરમ પાણીની થેલીઓ મુકવી. પછી દરદીને સુવાડવો. એકલી જુની ચાદર તેના ઉપર લપેટી લઈ તેના હાથ અને શરીર ઉપર અને બીજી બાજુ આખા શરીર ઉપર ચાદર ઓઢાડવી. હવે જો તેના શરીરની ગરમી ૧૦૩ ડીગ્રી હોય, તો તેને આમ ઓઢાડી દસેક મિનિટ સુઈ રહેવા દેવો અને જો તેની ઓછી ગરમી હોય, તો તેને તુરત બહાર કાઢી કોરો કરી લેવો. આ રીત ટ્રાઈફોઈડ નામના તાવમાં ઠીક ફાયદાકારક છે.

બીજી રીત એવી છે, કે દરદીને ૯૦ ડીગ્રી પાણીના ટબમાં બેસાડવો, તેમાં ધીરેધીરે ઠંડુ પાણી રેડતા જવું, પ્રથમ તેમાં ૪૦ ડીગ્રીનું રેડવું, ટબના પાણીની ગરમી ૭૫ આવે એટલે બંધ કરવું, દરમ્યાન તેના શરીરને ઘસ્યા કરવું, આમ અરધો કલાક રાખી શકાય. આ રીતને "ઝીમેન્સ બાથ" કહે છે. આ રીતથી ગમે તેવો તાવ ઉતરી જાય છે. ગમે તેવા તાવના દરદીને આમ પાણીનો પ્રયોગ કરતી વખતે તેને શરદી થશે, એવી રીતે શક લાવી આવી સારવારને બાતલ કરવી નહિ; નહિ તો યશ થોડો મળશે. ગમે તેવો જતો કેસ હોય તો આવી સારવારથી બચી જાય છે. દરેક તાવમાં આવી રીતે

પાણીનો પ્રયોગ કરવો, પરંતુ ટ્રાઇફોઇડમાં ૧૦૩ ડીગ્રીથી તાવ વધારે થાય તોજ કરવો. ફક્ત શૂળ, ઉધરસ, અજીર્ણ, શ્વાસની ગભરામણ, મુર્છા, ઉદરપરનો સોજો, પથારીવશ રહેવાથી શરીર ઉપર પડેલાં ચાંદા અને ઘણાં જુના દરદમાં આ સારવાર કરવી નહિ.

પાણીના પ્રયોગમાં, તાવમાં અને ઓરડાની ગરમી માપવા ખાસ થરમામીટર બનાવેલા છે. શરીરની ગરમી માપવા જે થરમામીટર આવે છે તેના ઉપર ઘણું કરીને જે ડીગ્રી છે તે ફેરેનહીટ કહેવાય છે. કેટલાક ઉપર સેન્ટીગ્રેડ અને કેટલાક ઉપર રૉમરના આંકડા છે. એટલે તેના પ્રમાણનું કોષ્ટક નીચે છે.

થરમામીટરનાં નામ	×ઉષ્ણ–બિંદુ	શરીરની ગરમી	શીતબીંદુ+
ફેરનહીટ.	૨૧૨°	૯૮·૪°	૩૨°
સેન્ટીગ્રેડ.	૧૦૦°	૩૬·૯°	૦°
રોમર. (Reaumur)	૮૦°	૨૯·૫°	૦°

પ્રકરણ ૬ ઠું

દરદના ચિન્હ અને નાડી.

દરદ એટલે તંદુરસ્ત સ્થિતિ નહિ તે. શાંત અને સ્વસ્થ પ્રકૃતિ મટી અને અશાંત અને અસ્વસ્થ પ્રકૃતિ થાય તેનું નામ દરદ. દરદ જીર્ણ અને "એક્યુટ" એમ બે પ્રકારના છે. તિવ્ર દરદો એ કહેવાય છે કે જે થોડી મુદત ચાલે અને જીર્ણ એ કહેવાય, કે જે

× Boiling point + Fruzing point

લાંબી મુદત ચાલે. દરદ મરજવાળું ઇપીડેમીક ચેપી ગણાય છે, કે જ્યારે તે અમુક ભાગમાં એક કરતાં ઘણા માણસના સમૂહમાં ફેલાય. જેવી રીતે કે મરકી, કોલેરા, ઇત્યાદી. તે ખાસ એન્ડેમીક ગણાય છે કે જ્યારે તે થોડા ઘણાને થાય અને પેન્ડેમીક ત્યારે કહેવાય છે કે જ્યારે તે લગભગ સઘળાને અમુક ભાગમાં થાય છે. વળી દરદ વારસામાં ઉતરે છે. તે બાળકને જન્મતાની સાથે વારસામાં મળેલું હોય છે. જે દરદનો અંત મૃત્યુમાં આવે તે મેલીગ્નંટ કહેવાય છે. કેટલાંક દરદો ચેપી પણ ગણાય છે. કેટલાક દરદો અડવાથી પણ ફેલાય છે. જેમકે ખસ વિગેરે આ રોગો પાણી વિગેરેથી ફેલાય છે. (હવા, પાણી, કપડાં.)

ચિન્હો દરદને બતાવવાનું એક સાધન છે. અને તે ચિન્હો બે પ્રકારના હોય છે. એક તો ડોકટર તપાસ કરવાથી જાણી શકે તે અને એક દરદી ગણી શકે તે. આ બંને જાતના ચિન્હો એકત્ર કરવાથી દરદ નક્કી થાય છે. પ્રથમ દરદીના ચિન્હો જાણ્યા પછી ડૉકટર પોતાની તપાસ વડે અમુક ચિન્હો શોધી કાઢી દરદ નક્કી કરે છે.

નાડીઃ—શરીરમાં હૃદય એ લોહીને પંપ કરવાનો સંચો છે. તેમાંથી નાડીઓ નીકળી શરીરમાં ફેલાય છે. નાડી હાથના કાંડા ઉપર આવે છે. અંગુઠાના મૂળમાં ઉપરના ભાગે જો આપણે હાથ અડાડીએ તો જણાશે, કે નાડી ધબકારા મારે છે. તે જોવાથી દરદની સ્થિતિ જણાય છે. હૃદય સંકોચાય અને વિસ્તૃત થાય એટલે નાડીમાં તેના મોજા આવે છે, તેથી ધબકારા કાંડા પર જણાય છે. ત્યાં રેડીઅલ આર્ટરી હોય છે. તેના ઉપર પ્રથમની ત્રણ આંગળીઓ મુકી તેના ઉપર સ્હેજ દબાણ કરવું, તેથી તેના ધબકારા આંગળીને માલુમ પડશે. કાનના આગલા ભાગમાં "ટેમ્પોરલ" આર્ટરીના ધબકારા પણ સંભળાય છે. નાડીના ધબકારા ગણવા અને તે એક મીનિટમાં કેટલા થાય છે તે જોવા. પછી નાડી મજબુત છે અગર નરમ છે, તે જલદી ચાલે

છે કે ધીમી ચાલે છે, તે દબાણ કરવાથી દબાય છે કે નહિ, તે પણ જોવું. સાધારણ રીતે નાડી ૭૦ દર મીનીટે ધબકારા આપે છે અને સ્ત્રીઓમાં ૭૫ હોય છે. નાના બાળકોમાં ૧૪૦ ધબકારા જન્મ વખતે હોય છે અને ૯૦ ધબકારા ત્રણ વર્ષની ઉંમરે હોય છે. ખાધા પછી નાડીનો વેગ વધે છે. સુતા કરતાં બેઠા હોઇએ ત્યારે સ્હેજ વેગ વધે છે. ગરમ રૂતુમાં, કસરત કર્યા પછી અથવા માનસિક ઉશ્કેરણીમાં પણ વધારે વેગ થાય છે.

વેગ, ઝડપ, નિયમિતતા, અનિયમિતતા, અમુક વખત નિયમિત ધબકારા ચાલી પછી એકાદ ધબકારો જણાતો નથી તેવી નાડી,+ કઠણ, નરમ, ઉછળતી* અને વાંકી ચુંકી નાડી હોય છે. આ સઘળાનું વર્ણન વૈદક વિભાગમાં અપાશે.

જ્યારે નાડીનો વેગ વધે છે તેને અંગ્રેજીમાં "ટેકીકાર્ડીઆ" કહે છે. તેમાં દબાણ ઓછું હોય છે. તાવમાં દરેક એક ડીગ્રીએ દસ ધબકારા વધુ હોય છે. હૃદયના દરદમાં, પાંડુરોગમાં, દારૂ, તમાકુ, અને ચાના વ્યસનમાં તેના ધબકારા વધે છે. "પેરીટોનાઇટીસ"†માં પણ નાડીના ધબકારા વધે છે. ધીમી નાડીવાળાને "બ્રેડીકારડીઆ" કહે છે, તેમાં દબાણ વધુ હોય છે અને તે તંદુરસ્ત માણસોમાં હોય છે; અથવા વૃદ્ધ માણસોમાં, હૃદયના દરદમાં, મગજના દબાણમાં, જીર્ણ દરદોમાં, કેન્સરમાં. અગર હોજરીના દરદોમાં અથવા સીસું, અફીણ, અને કારબોનીક એસીડના જહરમાં ધીમી નાડી હોય છે.

હૃદય નબળું પડે એટલે નાડી અનિયમિત ચાલે છે. ચા, કૉફી, તમાકુના અતિ ઉપયોગથી હૃદય નબળું પડે છે. કેટલીક વખત આપણે આંગળીથી દબાણ કરીએ, તોપણ ÷ નાડી દબાતી નથી. તેને કઠણ નાડી કહે છે. આવી નાડીમાં ખાસ કરીને નાડીની દિવાલો ખરસટ હોય છે, અને તેને "એથીરોમાં"નામનું દરદ કહે છે. વળી હૃદ-

---

+Intermeltual pulse * Bounding. † Peritonitis.
÷ atheroma.

યની ડાબી બાજુ વિસ્તૃત થાય, તોપણ નાડી કઠણ હોય છે. ગુરદાના દરદમાં, મગજમાં લોહીનું દબાણ, આર્ટીરીઓ સ્કેલેરોસીસ અથવા નાડીની કઠાશમાં તેમ બને છે.

તાવમાં, પાંડુરોગમાં અને ચરબીના વધવામાં, અથવા માંસલ દેહમાં નાડી ધીમી અને મુલાયમ ચાલે છે. પાણીની માફક દોરા જેવી નાડી બતાવે છે કે હૃદય બંધ થઈ મૃત્યુ આવે છે.

શરીરની ગરમી—

નર્સે દરદીની ગરમી માપવાની હોય છે. શરીરની ગરમી ઉપર ખાસ ધ્યાન આપવાનું છે અને તે માપવાના સાધનો આવે છે. કાચની પારો ભરેલી સળીયો આવે છે. તેને થરમામીટર" કહે છે. તેમાં ગરમીના નંબર માંડેલા હોય છે. નીચેનો પાતળો ધોળો છેડો બગલમાં રાખવો. બગલ કરતાં મોઢાની અને ગુદાની ગરમી ૦।। ડીગ્રી અથવા એક ડીગ્રી વધુ હોય છે. સાધારણ રીતે શરીરની ગરમી ૯૭.૨ ડીગ્રીથી ૯૯.૫ ડીગ્રી સુધી હોય છે, છતાં પણ આપણે ૯૮।। ડીગ્રી ગરમી સાધારણ લઇએ છીએ. તેના ઉપર તાવ અને ૯૮.૬ ની નિચે શીત ગણીએ છીએ.

નવા જન્મેલા બાળકની ગરમી ૯૯ થી ૯૯° હોય છે. અને વૃદ્ધની ગરમી ૯૭ થી ૯૯° હોય છે. માનસિક ઉશ્કેરણી અને કસરત પછી શરીરની ગરમી વધે છે. દિવસમાં પણ થોડી ઘણી વધઘટ રહે છે. સાંજરે ૫–૮ ની વચમાં તંદુરસ્ત માણસની ગરમી વધુમાં વધુ હોય છે. અને રાત્રીના બેથી સવારના છ દરમ્યાન ઓછામાં ઓછી ગરમી હોય છે. પરંતુ આવી વધઘટનો સરવાળો કાઢીએ તો ચડઉતરમાં બે ડીગ્રીથી ઓછો તફાવત રહેવોજ જોઇએ. હવાની ગરમી શરીરની ગરમી ઉપર અસર નથી હોતી. આપણે તંદુરસ્ત હોઇએ તો શીત કટીબંધમાં હોઇએ, કે ઉષ્ણ કટીબંધમાં હોઇએ, તે માટે કાંઈ જોવાનું નથી પણ શરીર પોતાની ગરમી બરોબર રાખે

છે. તાવમાં ચામડીની ગરમી નકામી છે, માટે અંદરની ગરમી જોવી જોઇએ. ચામડીની ગરમી ૯૩થી ૯૫ ડીગ્રી છે.

અકુદરતી ગરમી.

અકુદરતી ગરમી એટલે કાંતેા કુદરતી અથવા સાધારણ ગરમીથી વધુ અગર ઓછી જો વધુ હેાય તેા તાવ ગણાય અને ઓછી હેાય તેા શીત વાયુ ગણાય.

૯૮·૬–૧૦૧	સાધારણ તાવ.
૧૦૧–૧૦૩	તાવ.
૧૦૩–૧૦૫	ઘણેા તાવ.
૧૦૫–ઉપર	બેહદ તાવ ગણાય છે.

તાવ સવારે ઓછેા હેાય છે અને સાંજે વધે છે. ચાલુ તાવમાં સવાર અને સાંજનેા તફાવત એક ડીગ્રી જેટલેા રહે છે. અને ચઢ ઉતરના તાવમાં (રીમીટન્ટ ફીવર) ગરમી કદી પણ કુદરતી થતી નથી, પણ સવાર અને સાંજનેા ફરક લગભગ બે ડીગ્રી ઉપર રહે છે. આંતરીયા ×તાવમાં ચેાવીસ કલાકમાં એક વખત તાવ સાફ ઉતરી જાય છે. મેલેરીઆમાં એક બીજો ચેાથીઓ તાવ પણ આવે છે, તેમાં દર ચેાથે દિવસે તાવ આવે છે.

તાવ એકદમ આવે અથવા ધીમેધીમે આવે છે, પણ તે તાવ એકદમ આવે, તેા ટાઢ બહુજ વાય છે અને દાંત પણ કકડે છે. ચામડીમાં ઠંડક લાગે છે, પણ થરમામીટરથી તાવ જણાશે. તાવ કેટલાકને એકદમ ઉતરે છે અને કેટલાકને ધીમેધીમે ઉતરે છે. ન્યુમેાનીઆનેા તાવ એમ ઉતરે છે.

તાવ માપવા માટે સેવીકાએ ખાસ ધ્યાન રાખવું. ખાસ કેસમાં સવાર, બપેાર અને સાંજ એમ ત્રણ વખત માપ લેવું. બે વખત તેા લેવુંજ જોઈએ. સાધારણ કેસમાં સવારથી બીજી સવારનું માપ પણ લેવાય છે. થર્મોમીટર ઉપર ડીગ્રીના આંકડા હેાય છે તેની વચમાં

× Intermittant.

પોઇન્ટ હોય છે. તે લગભગ ૪ હોય છે અને તેના પોઇન્ટ આઠ થાય છે, એટલે ૧૦૦-૨ અગર ૧૦૦-૪ અગર ૧૦૦-૬ તાવ છે, એમ લખાય છે. વળી તાવ માપ્યા પછી તેને નોંધવાના ફારમ આવે છે તેને "ટેમ્પરેચર ચાર્ટ" કહે છે. તેના ઉપર લાલ શાહીથી તેની નોંધ રાખવી.

શ્વાસોશ્વાસ—શ્વાસોશ્વાસ નર્સે સવારે લઈ નોંધવા જોઇએ. શ્વાસોશ્વાસ નાના બાળકોમાં જન્મતી વખતે ૪૪ લગભગ હોય છે. પાંચ વરસના બાળકના ૨૬ અને મોટાનાં ૧૬-૨૦ હોય છે. એક મીનીટે ૧૬-૨૦ ચાલે. સ્વાસ જોતી વખતે દરદીના પેટ ઉપર ઘડિઆળ અગર કાંઇક મુકવું. અને તે કેટલીક વખત એક મિનિટમાં ઉંચુ થાય છે, તે ગણવાથી જણાઇ આવશે. ખાધા પછી અગર કસરત પછી તે વધે છે. તાવમાં વધી જાય છે. નાડીના ધબકારા અને શ્વાસોશ્વાસ તે ખાસ મેળ છે* ન્યુમોનીઆમાં નાડી અને શ્વાસની સરેરાશ લેવાય છે. મગજના દબાણમાં શ્વાસ ઓછો હોય છે. વચ્છનાગ, કલોરોફોર્મ અને અફીણના વિષમાં મંદ શ્વાસ હોય છે.

શ્વાસ છાતીથી ચાલે તો તે છાતીનો થેરેસીક શ્વાસ કહેવાય છે. એટલે છાતીનું હલવુંજ તેમાં થાય, અને પેટનો ઉદર (એબ્ડોમીનલ") શ્વાસ કહેવાય છે એટલે પેટનો ભાગ શ્વાસ લેતાં વધારે ચાલે છે. તે નાના બાળકો અને વૃદ્ધોમાં બને છે. શ્વાસ લેતી વખતે તેની છાતીનું ફુલવું ૨ થી ૨॥ ઇંચ હોવું જોઇએ.

શ્વાસોશ્વાસમાં બે ક્રિયા છે. એક તો આપણે શ્વાસ લઈએ છીએ તે અને બીજી શ્વાસ બહાર કાઢીએ છીએ તે લઇ અને બહાર કાઢતાં સુધીની ક્રિયાને એક શ્વાસ કહે છે, "ચીનસ્ટ્રોક રેસ્પીરેશન"× એ એક જાતનું ખાસ શ્વાસનું લક્ષણ છે. તેમાં પ્રથમ દરદી એકદમ શ્વાસ લે છે અને છેવટનો શ્વાસ વધુ ઉંચો હોય છે. પછી ધીરે ધીરે ઓછો થવા માંડે છે, તે એટલે સુધી કે શ્વાસ બંધ થાય,

---

* Ratio. × Chene-stroke-respiration.

તેમ થાય છે, પછી થોડા વિરામ પછી વળી પાછો શ્વાસ ચાલે છે. આ ખાસ શ્વાસ છે અને તે મૃત્યુમાં પરિણમે છે. દમનો શ્વાસ આંચકાવાળો હોય છે.

નોંધપત્રક—સેવિકાએ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું, કે તારીખ, વાર, ખાનાવાળું, અને સવાર, બપોર, સાંજનાં વિભાગવાળું, તાવ માપવાનું, તેમજ શ્વાસોશ્વાસ, નાડીના ધબકારા, પેસાબની તપાસ, ઝાડા, ખોરાક, વિગેરે ભરવાનું પત્રક આવે છે તે રોજ ભરવું જોઇએ. નોંધ રાખવા માટે પત્રકો આવે છે.

આવીજ રીતે જોતાં દરદીની સુવાની ઢબ જોવાની છે. કેટલાક દરદીની સુવાની ઢબ ઉપરથી દરદીની સ્થિતિ જણાઇ આવે છે. ટાઈફૉઇડ અગર ન્યુમોનીયામાં જ્યારે તેને ડીલીરયમ થાય છે. એટલે દરદી પાંગત તરફ ઘસડાય છે. વળી સુતા હાથ, પગના ચાળા કરે છે. જે બાજુ ગુરૂત્વાકર્ષણ હોય તે બાજુ તણાય છે અને દરદી વળી વાંસાભર સુવે છે. શૂળના દરદમાં દરદીને અનૂકુળ પડે તે રીતે દરદવાળા ફેફસાંને નીચે દબાવી સુવે છે. પેટના પડના સોજામાં દરદી ઢીંચણથી પગવાળી, વાંસાભર સુવે છે. સ્ટ્રીકનાઇન અને ટીટેનસમાં દરદી વાંસા ઉપર સુવે છે, પણ વાંસો કમાનના આકારે હોય છે. છાતીના દરદમાં દરદી પડખાભર સુવે છે. પેટના દરદમાં દરદી પેટ દબાવી સુવે છે. આ સેવિકાએ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે.

ચ્હેરો—દરદીનો ચ્હેરો દરદીની ગંભીરતા સૂચવે છે. ચ્હેરા ઉપર એકદમ આવેશવાળી લાલીથી ખાસ દરદીની બેભાન અવસ્થા જણાઇ આવે છે. પક્ષઘાતમાં ચ્હેરો ઝ્હેર મારેલો જણાય છે. "પેરીટોનાઈટીસમાં" ચ્હેરો તીણો જણાય છે. ન્યુમોનીયામાં ગાલ ઉપર લાલી હોય છે અને જે બાજુનું ફેફસું બગડયું હોય, તે બાજુનો ચળકાટ હોય છે. મરણ વખતે આંખો નિસ્તેજ થાય છે. નસકોરા ફુલે છે, કાન ઠંડા પડે છે અને ચીમળાઈ જાય છે. ચ્હેરા ઉપર

ભૂખરી પીળાશ આવે છે. તેને મર્ણનો× રંગ કહે છે અથવા મર્ણની છાયા કહે છે.

ચામડી—ચામડીનો રંગ, ભીનાશ, તેના ઉપર નીકળેલ વસ્તુ, ચાઠાં, સોજો વિગેરે જોવું. હવામાં ચામડી ખુલ્લી રહેવાથી તેના ઉપર તેની મોટી અસર થાય છે. તડકામાં રહેતા લોકોની કાળી ચામડી હોય છે. દરદીનું હૃદય મંદ પડે એટલે ચામડી ઉપર ચળકાટ આવે છે. ઉંડા શ્વાસોશ્વાસ ચાલે અને ચામડીનો ચળકાટ થાય તો સમજવું કે અંદર લોહી નીકળેલ છે. ચામડીની લાલાશ સોજામાં આવે છે. પીળાશ કમળામાં આવે છે.

દરદ-દુઃખ--દરદ અથવા દુખાવો એ દરદી પાસેથી સમજી શકાય છે. તેને કયાં દુખે છે, તે જાણવાનું તેની પાસે સાધન છે. જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર દબાણ થવાથી જે સંજ્ઞા થાય છે તે દરદ કહેવાય છે.

પાણીનો ભરાવ—શરીરમાં પાણી ભરાય છે ત્યારે ચામડી મીળી પડી જાય છે તેને ડ્રોપ્સી કહે છે, પણ જો પેટમાં ભરાય તો જલંદર કહેવાય છે. હૃદય, લીવર અને ગુર્દાના દરદમાં પાણી ભરાય છે.

આંખ—ગુર્દાના દરદમાં નીચેના પોપચાં ફુલેલાં રહે છે. હૃદયના દરદમાં ઉપરના પોપચાં ફુલેલાં રહે છે. સોમલથી આંખ આવી જાય છે. કીકી પહોળી છે કે નાની તે જોવું.

જીભ—જીભની સંભાળ સેવિકાએ ખાસ રાખવી, કારણકે જીભ એ ઘણા દરદના નિદાનમાં જુદો જુદો ભાગ ભજવે છે. તેનો રંગ, ભીનાશ, તેના ઉપરનો મેલ, અને તેની વળવાની શક્તિ જોવી. પાંડુ રોગમાં જીભ ફીકકી હોય છે. ચામડી ઉપર નીકળતાં ઓખાના દરદમાં લાલ હોય છે. હૃદયના દરદમાં આસ્માની હોય છે. સ્કાર્લેટ ફીવરમાં જીભ ઉપર ધોળું અસ્તર હોય છે, તેમાંથી પેપીલીઓ લાલ નીકળતી જણાય છે. કુદરતી રીતે જીભ ભીની અને લાલ જોઇએ.

× Death hue.

તાવમાં સુકી અને ખરસટ જણાય છે. જ્યારે દરદીની જીભ ભીનાશ-વાળી થવા માંડે ત્યારે દરદ ઘટયું એમ જાણવું. જાડી અને ખરસટ મેલવાળી જીભ હોજરીના દરદમાં હોય છે. ઝાડાની કબજીયાતમાં જીભ ઉપર મેલ હોય છે, ટાઇફોઇડ તાવમાં જીભ સુકી, ભૂખરી અને ચીરાડવાળી જણાય છે. અને જો દરદી પોતાની જીભ બહાર કાઢી ન શકે, તો સમજવું કે આખી જીભનો પક્ષઘાત છે. દારૂ પીધેલાની અને ડીલીરીયમમાં જીભ અટકે છે.

રૂચી—સેવિકાએ જાણવું જોઇએ કે તેનો દરદી કેટલો ખોરાક લે છે. અને તેને કેવા ખોરાક ઉપર ઇચ્છા થાય છે. તાવમાં ભૂખ મરી જાય છે. જીર્ણ બિમારીમાંથી ઉઠયા પછી ખોરાક ખાવાની રૂચી વધે છે. મધુપ્રમેહમાં ભૂખ બહુજ લાગે છે. હીસ્ટ્રીરીઆ અને ગાંડપણમાં નુકસાનકારક ખોરાક ઉપર પણ રૂચી થાય છે.

તરશ—ટાઇફોઈડ તાવમાં દરદીને તરશ લાગતીજ નથી, પરંતુ બીજા બધાં તાવમાં દરદીને તરશ બહુજ લાગે છે. ઝાડો, રક્તશ્રાવ, ઉલ્ટી, પુષ્કળ પરસેવો વિગેરે તરશ ખૂબ લગાડે છે.

સ્વાદ—દરદમાં સ્વાદ નાશ પામે છે. લીવરના દરદમાં દરદીનું મોઢું કડવું રહે છે. ટાઇફોઇડ તાવમાં સ્વાદ નષ્ટ થવાથી દરદી ગમે તેવી દવા લઇ શકે છે.

ટાઢ—મેલેરીયાના તાવમાં ટાઢ વાય છે, તે ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું. ઉલ્ટી અને મોળ પણ તાવમાં આવે છે. તેમજ હેડકી એ દરદીની ખરાબ નિશાની છે અને ખાસ કરીને પેટના દરદમાં તો તે તેમજ છે.

કફ-ઉધરસ—ઘણાં દરદોમાં ઉધરસ જોવાય છે. ઉધરસ ખાલી છે કે બલગમ નીકળે છે. થોડી આવે છે કે વધુ. ખાલી છે કે ભરેલી ?* ફેફસામાં ભરાયેલ મેલને કાઢવા ઉધરસ આવે છે. પાસું બદલતાં પણ ઉધરસ આવે છે. ક્ષયમાં સવારે ઉઠતાં બહુજ ઉધરસ

---

*Rusty.

આવે છે. ક્ષયનો બલગમ લીલો અને રૂપીઆના આકારે ચોંટે તેવો હોય છે અને પાણીમાં ડુબી જાય છે. ન્યુમોનીઆમાં મેલું બલગમ આવે અને ક્ષયમાં લોહી પણ આવે છે.

રક્તશ્રાવ—લોહી આંતરડામાં, ફેફસામાં અને હોજરીમાં નીકળે છે. વળી ચામડીમાં લોહી નીકળી લાલ દાણાં ફુટે છે. જ્યારે શરીરમાં લોહી ઘણું નીકળે, ત્યારે દરદીનો ચ્હેરો વિહ્વળ બની જાય છે, નાડી ધીમી પડે છે, પશીનો આવે છે અને બેભાન થઇ જાય છે. ટાઇફોઇડ તાવમાં આંતરડામાં ક્ષત પડવાથી લોહીના ઝાડા થાય છે. મગજમાં પણ વાગવાથી લોહી નીકળે છે. ક્ષયમાં નસ તૂટવાથી લોહીની ઉલ્ટી થાય છે. નાકથી પણ લોહી પડે છે.

ઝાડા વાટે પણ લોહી પડે છે, માટે સેવિકાએ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું.

ઝાડો—દરદીને દસ્ત કેટલા આવે છે તેની નોંધ રાખવી. વળી ઝાડાનો રંગ કેવો છે? તે કઠણ છે કે નરમ? ઝાડામાં લોહી, પરૂ અથવા પાણી તેમજ ×મ્યુકસ જાય છે કે કેમ તે પણ લખવું. ઝાડામાં ખાધેલા ખોરાકનો કચરો નીકળે છે. કુદરતી ઝાડો કઠણ જોઇએ અને રંગે પીળાશ પડતો હોય છે. નાના બાળકોને જીવાતના લીલા ઝાડા થાય છે. ઝાડા વાટે પેટના કરમ, લીવરની પથરી પણ નીકળે છે.

પેસાબ—પેસાબ સાધારણ રીતે ૧। શેરથી ૧।। શેર સુધી આવે છે. વધુ પેસાબ મધુપ્રમેહ, ગુરદાના દરદ, મગજના દરદો, તાવનો ઉતાર વિગેરેમાં આવે છે અને ગુર્દાના જીર્ણ દરદમાં પેસાબ ઓછો આવે છે.

પેસાબનો રંગ જોવો. કુદરતી પેસાબ ઘાસના રંગે સફેદ-પીળો હોય છે. જો ફીકો હોય તો સમજવું કે તેમાં પાણી વધારે છે. ડાયાબીટીસમાં પાણી જેવો પેસાબ આવે છે. પીળો અગર લીલો પેસાબ

× Mucus-શ્લેષ્મ.

કમળામાં આવે છે, લીવરની પથરીમાં ભૂખરો પેસાબ આવે છે. પેસાબમાં લોહી આવે ત્યારે ધુમાડાના રંગનો અથવા લાલ કાળો પેસાબ આવે છે.

પેસાબની ગંધ ખોરાક ઉપર આધાર રાખે છે છતાં પણ થોડો વખત રાખવાથી તેમાંથી આમોનીયાની ગંધ આવે છે. પેસાબનું ગુરૂત્વ ૧૦૧૫–૧૨૨૫ છે.

પેસાબ કેટલી વખત થાય છે, તેની નોંધ લેવી અને પેસાબ કરતી વખતે તેને દરદ થાય છે, કે નહિ તે પણ જોવું. પેસાબની થેલી અથવા નળીમાં જો દરદ હોય તો પેસાબ કરતાં વેદના થાય છે. વળી કેટલીક વખત દરદી પેસાબ નથી કરતો તે ધ્યાન રાખવું. કારણ બહુજ પેસાબ વધી જાય તો નુકસાન થાય છે, માટે પેસાબ અમુક વખતે થવોજ જોઇએ. જ્યારે પેસાબ તપાસ માટે મોકલવાનો હોય, ત્યારે આખા દિવસનો ભેગો કરી તેમાંથી થોડોક મોકલવો. તેમ ન બને તો સવારે ઉઠતાંજ જે પેસાબ થાય, તે પ્રથમ લઈ અને મોકલવો. ચીડીઓ સ્વભાવ, અમુક ચીજ પકડવાની અશક્તી, પથારીના કપડાં ચુંથવા, આકાશમાંથી કાંઈ પકડતું હોય તેમ હાથના ચાળા કરવા, બડબડાટ, વાણીની અનિયમિતતા, અને માંસપેશીની તાણ એ ચિન્હો હંમેશાં દરદી માટે ખરાબ છે. આ બધાં ચિન્હો કાંઇ દરેક કેસમાં ન હોય પણ અમુકમાં હોય છે. મુંઝારામાં દરદી તોફાન પણ કરે છે અને શાંત પણ પડી રહે છે. ટાઇફોઇડ તાવમાં દરદીને અમુકજ લ્હે થાય છે. મારા એક કેસમાં દરદી પોતાનો ડાબો પગ લંગડો થયો છે એમ કહેતો પરંતુ આરામ થતાં તે ભૂલી ગયો.

દરદીની ઉંઘ જવી તે ખરાબ ચિન્હ છે અને તે સાથે જો સ્હેજ બેહેરાપણું આવે તે તો ઠીક નહિ.

દરદીની પ્રથમ તંદુરસ્તીની હકિકત મેળવવી અને તેને વારસામાં કોઈ દરદ ઉતર્યું છે કે નહિ? તેની તપાસ કરવી.

આ રીતે નર્સે પોતાનું કામ સેવાનું બરોબર કરવું. નર્સે ડૉકટરને મદદ કરવાની છે. કેટલીક વખત નર્સને પેસાબ તપાસવો પડે છે એટલે તેણે તે જ્ઞાન ધરાવવું જોઇએ. આ રીતે દરદીના ચિન્હોથી જાણીતા થઇ અને દરદનું નિદાન કરી, પછીજ સારવાર શરૂ કરવી, કે જેથી ખરા દરદની શાસ્ત્રીય સારવાર થાય.

પ્રકરણ ૭ મું.

ટાઇફોઇડ ફીવર.

ટાઇફોઇડ નામના જંતુઓથી થતો આ એક ચારથી છ અઠવાડીઆ ચાલતો ચેપી તાવ છે. આ જંતુઓ "ઇબિર્થ બેસીલસ"ના નામથી ઓળખાય છે. પ્રથમ જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થાય અને ચિન્હ દરદના બહાર જણાય તે મુદતને અંગ્રેજીમાં "પીરીયડ ઑફ ઇન્કયુબેશન" કહેવાય છે. આ મુદત બેથી ત્રણ અઠવાડીયાની હોય છે. આ મુદતમાં દરદના કોઈ પણ ચિન્હ જણાતા નથી. પછી ધીમે ધીમે ચિન્હો જણાવા લાગે છે અને થોડા વખતમાં દરદ સંપૂર્ણ રીતે બહાર આવે છે. આ મુદતને "પીરીયડ ઑફ પ્રોડ્રોમા" કહે છે. આ મુદત ઘણીજ ધીમી છે. પ્રથમ શરીરમાં કળતર થઇ થાક લાગ્યા જેવું થાય છે, પછી ઉંઘમાં ખલેલ પડે છે. પછી ભૂખ ઓછી થાય છે અને છેવટે ઝાડા થાય છે. આ ચિન્હો સાથે સાધારણ તાવ પણ આવે છે અને તે બપોરે આવે છે. નાક, અને આંતરડામાંથી લોહી પડે છે.

તાવના પ્રથમ અઠવાડીયામાં આગળનું (Frontal) માથું દુખે છે અને બરોબર તાવ આવે છે. તાવમાં ટાઢ વાતી નથી. તાવ જેમ જેમ દરદી પથારીમાં રહે છે તેમ તેમ ચડયા કરે છે. પ્રથમ અઠવાડીયામાં દરદીનો તાવ બપોરે વધે છે અને આજે સવારે તાવ ૧૦૦ ડીગ્રીહોય તો બપોરે ૧૦૧ થઈ અને સાંજે ૧૦૨ થાય અને બીજે

દિવસે સવારે ૧૦૧ હોય એમ બે ડીગ્રી ચડે અને એક ઉતરે, એટલે તાવ લગભગ ૧૦૩-૧૦૪ સુધી જાય છે અને કોઈ કેસમાં ૧૦૫ થાય છે. બીજું અઠવાડીયું તાવ એમને એમ રહે છે, એટલે ઉતરતો જ નથી. સવાર અને સાંજના તાવમાં એકાદ ડીગ્રીનો ફરક હોય પણ પાછો તેટલોજ રહે છે.

માથાનો દુખાવો, ભૂખનો નાશ, નબળાઈ, ગરમી અને સુકી, ખરચટ ચામડી અને પેસાબનું ઘટવું થાય છે. વધારે સખત રૂપમાં મુંઝારો–ડીલીરીયમ પણ થઈ આવે છે. દરદીને ઝાડો કબજ રહે છે, અને જો કદાચ તેને જુલાબ આપીએ તો ઝાડા એકદમ થઇ જાય છે. જેટલો તાવ સખત છે, તે પ્રમાણમાં નાડીના ધબકારા હોતા નથી. બીજા અઠવાડીઆમાં આ રીતે તાવ મચક ખાતો નથી. દરેક ચિન્હ ઘણાજ સખત હોય છે. નાડી વધુ ત્વરાથી ચાલે છે, હોઠ અને જીભ સુકાઇ કાળા પડી જાય છે અથવા હોઠ ઉપર કાળો મેલ જામે છે, ઝાડા થાય છે. પેટમાં હવા એકત્ર થઈ ફુલી જાય છે અને બેભાન અવસ્થામાં દરદી આવી પડે છે, અને બીજા અઠવાડી-યાના મધ્યમાં શરીર ઉપર દાણા નીકળે છે. પ્રથમ પેટ ઉપર લાલ દાણા થઈ આવે છે. આ અઠવાડીઆ દરમ્યાન ચ્હેરાના પણ ખાસ ચિન્હો થઈ આવે છે. ચ્હેરો નિસ્તેજ, લાલીદાર, ચકચકીત, ઉંડી આંખોવાળો, અર્ધ મિચેલા પોપચાવાળી નિસ્તેજ આંખોવાળો જણાય છે. હોઠ ફીકા અને ખુલ્લાં રહે છે અને ચ્હેરા ઉપર કોઈ પણ પ્રકારની લાગણી જણાતી નથી.

ત્રીજા અઠવાડીઆમાં તાવ સવારે રોજ ઓછો થતો જાય છે, એટલે ૧૦૪ થી સવારે ૧૦૨ આવે છે અને ફક્ત એક સાંજે વધે, એટલે ૧૦૩ થાય વળી બે ડીગ્રી ઘટી ૧૦૧ થાય અને સાંજે ફક્ત એકજ વધી ૧૦૨ થાય, એમ તાવ ઘટવા માંડે છે. આ તાવની ખાસીયત પ્રથમ અઠવાડીઆમાં બે ડીગ્રી વધી એક ઘટતો, આ ત્રીજા અઠવાડીયામાં બે ડીગ્રી ઘટી, એક વધે એટલે ત્રીજા અઠવાડીઆના

અંતે તાવ ઓછો થઇ જાય, પરંતુ બપોરના તાવ વધુ આવી જાય છે, એટલે કે બીજા અઠવાડીઆ જેટલો પણ થઈ જાય છે. નાડી ઘણીજ મંદ અને ઝડપવાળી બને છે, ઝાડા અને પેટનું ચડવું વધે છે, નબળાઈ આવી જાય છે અને શરીર સુકાઈ લાકડી જેવું બને છે. બેહોશપણું ચાલુ રહે છે, ઝાડા અને પેસાબ ઉપરનો કાબુ ગુમાવે છે. ત્રીજા અઠવાડીઆમાં દાણા સમાવા માંડે છે. આ ત્રીજા અઠવાડીઆમાં દરદો પણ ફાટી નીકળે છે. પથારીમાં પડી રહેવાથી ચાંદા પડી જાય, આંતરડામાં છિદ્રો પડે અને લોહીનો શ્રાવ થાય.

ચોથા અઠવાડીઆમાં દરેક ચિન્હોની સખતાઈ ઓછી થઇ જાય અને તાવ ઓછો થઇ જાય છે અને તે ઘટતાં ઘટતાં છેવટ કુદરતી ગરમી ઉપર આવી જાય છે. જીભમાં પોતાનો રસ વળે છે અને ભીની થાય છે અને સ્વાદ આવવા લાગે છે. તે સ્વચ્છ હોય છે, ઝાડા અટકી જાય છે. પેટમાંથી હવા ઓછી થઇ પેટ ચડેલું ઉતરી જાય છે. નાડી મજબુત થાય છે અને ભરેલી ચાલે છે. ભૂખ ખૂબ લાગે છે. જો કાંઇ બીજું દરદ વચમાં ન ફાટે તો દરદી સાજો થાય છે.

તાવ:—આ દરદમાં તાવ સીડીની માફક ચડી, અમુક ડીગ્રી શરૂઆતમાં વધી અને ચડે છે. રોજ સાંજરે તાવ સવારના કરતાં બે ડીગ્રી વધારે હોય છે, અને હંમેશાં કાલના કરતાં આજે તાવ વધતો હોય છે. જે દિવસે તાવ વધારેમાં વધારે હોય છે, તે દિવસ આખો એકજ પ્રકારનો તાવ રહે છે. બિમારીના પાછલા ભાગમાં તાવ સીડીની માફક ધીરે ધીરે ઉતરે છે. તાવ ઉતર્યા પછી ખોરાકમાં ભૂલ થાય, અગર માણસોની અવર જવરનું દબાણ વધારે રહે તેમજ માનસિક અગર શારીરીક શ્રમ પડે, તો તાવ પાછો આવી જાય છે, અથવા તે થોડા અઠવાડીઆં વધારે લે છે.

નાડી:—શરૂઆતમાં નાડી ઘણીજ ધીમી હોય છે, પણ પછવાડેથી ઘણીજ ઉતાવળી થાય છે. જેટલો તાવ વધારેમાં વધારે હોય

તેના પ્રમાણમાં નાડીના ધબકારા હોતા નથી.

દાણાઃ—શરીર ઉપર દાણા એંસી ટકા કેસોમાં ફુટી નીકળે છે. આ દાણા ચામડીની સપાટીથી થોડાં ઉંચા, ફીકાં, ગુલાબી રંગના હોય છે અને આંગળાથી દબાવવાથી અદૃશ્ય થઈ જાય છે. તે અમુક ઝુમખામાં નીકળે છે અને બીજા અઠવાડીયામાં પેટ ઉપર અને પછવાડેના ભાગમાં બે ખભાની વચમાં જણાય છે. દરેક દાણો બે ત્રણ દિવસ રહી અદૃશ્ય થઇ જાય છે. આ તાવમાં મરણ પ્રમાણ ઓછું થઈ ગયું છે. આ દરદમાં અને દરદીની નબળાઇમાં ઘણાં બીજાં દરદો થઇ આવે છે. આંતરડામાંથી લોહીના ઝાડા થાય છે, કારણ કે આ દરદના જંતુઓ આંતરડાની ગ્રંથીઓ ઉપર હલ્લો કરે છે, તેથી તે ગાંઠો નરમ પડી ચાંદા પડે છે. આ ચાંદાની પાસે જો કોઈ રક્તવાહિની હોય, તો તે ફુટી લોહી નીકળે છે. લોહીના ઝાડા ત્રીજા અઠવાડીઆમાં થાય છે. લોહીના ઝાડા થવાથી તાવ એકદમ ઉતરી જાય છે અને ચ્હેરા ઉપર ફીકાશ આવી દરદી બેભાન થઇ જાય છે. થોડા વખત પછી લોહીનો ઝાડો થાય છે. કેટલાક કેસોમાં દરદીના આંતરડામાં છિદ્ર પડી જાય છે અને તેથી ચોથા અઠવાડીઆમાં પેટની અંદર ઘણુંજ તિક્ષ્ણ દરદ થાય છે. તાવ ઉતરી, નાડી ધીમી પડી જાય છે અને શરીરે શીત વળે છે. ૪૮ કલાકમાં દરદી મરણને શરણ થાય છે. આ દરદમાં કેટલીક વખત ન્યુમોનીઆ થઇ આવે છે, તેથી દરદ ઘણુંજ ગંભીરરૂપ પકડે છે. ન્યુમોનીઆ ત્રીજા અઠવાડીયામાં અગર ચોથા અઠવાડીઆમાં જરૂર થાય છે. જ્યારે ન્યુમોનીઆ થઈ આવે છે, ત્યારે આ દરદનું નિદાન ઘણુંજ મુસ્કેલ થઇ પડે છે. કેટલીક વખત ન્યુમોનીઆ શરૂઆતથી પણ હોય છે.

ચાંદા અને ફરી હુમલોઃ—દરદી લાંબા વખત પથારીમાં પડી રહી, અશક્ત થઈ ગળી જાય છે, તેથી આ તાવમાં શરીર ઉપર ચાંદા પડી આવે છે. તે કમરના પાછલા ભાગમાં અથવા તો ખભા ઉપર પડે છે. દરદીને જો એકદમ ખોરાક વધારી દેવામાં આવે તો

એક વખત દરદ શાંત થયા પછી પણ ફરીથી બીજો હુમલો થાય છે. ઠંડા પાણીનો અતિ ઉપયોગ કરવામાં આવે, તો તોપણ ફરીથી હુમલો થાય છે. એક વખત તાવ ઉતરી ગયા પછી પણ ફરીથી હુમલો થાય છે. તે વખતે દરદીને ટાઢ આવી એકદમ તાવ ચડે છે. અને ઘણો લાંબો વખત મંદવાડ ચાલે છે. નાના બાળકોમાં ટાઢ સાથે તાણ પણ આવે છે. આ દરદના અટકાવ માટે ખાસ રસી આવે છે, તે મુકાવવી. આ દરદ પાણી, કપડાં, હવા વાટે ફેલાય છે. માટે એવા દરદીના કપડાં, ઝાડા, પેસાબ, અને બલગમનો નાશ કરવો. આવા દરદીને અડકવાથી પણ દરદ થાય છે, માટે તે અડકયા પછી તુરત હાથ દવાથી ધોઈ નાંખવા. માંખો આ દરદના જંતુઓને ઉપાડી આ દરદ ફેલાવે છે, માટે દરદીના ઓરડામાં માંખો થવા દેવી નહિ. દરદીનો ઓરડો મોટો અજવાળાંવાળો અને છુટી હવાવાળો રાખવો. તેમાં કોઇપણ પ્રકારનું ફરનીચર રાખવું નહિ. ખાટલો લોખંડનો રાખવો. તેના ઉપર શેત્રંજી પાથરવી અને તે ઉપર રબરનું કપડું પાથરી દેવું. જ્યારે તેની પથારી બદલવી હોય ત્યારે પથારીની સઘળી ચીજો પાંચ ટકા કારબોનિક એસીડનાં પ્રવાહીમાં સાફ કરવી. કેટલાક કલોરીનેટેડ લાઈમ અથવા બીન આયોડાઇડ ઑફ મરકયુરીનું લોશન વાપરે છે. ઝાડા માટે બેડપેનમાં કારબોલીક એસીડનું પ્રવાહી નાંખવું. અને પછી ઝાડાનો નાશ કરી દેવો. પેસાબને પણ તેમજ કરવું. ઉધરસ અને ઉલટીવાટે નીકળેલી ચીજનો તેવી રીતે નાશ કરવો. દરદીના માટે વાપરેલ વાટકી, ટુવાલ અને બીજી દરેક વસ્તુને જંતુ રહિત કરી નાંખવી. સેવીકાએ પોતે સારવાર કરતી વખતે રબરના મોજાં પહેરવા અથવા તો તેના હાથ સાબુ અને ગરમ પાણીથી, બ્રશથી ઘસી અને ધોવાં. અને ત્યારપછી બીન આયોડાઇડ ઑફ મરકયુરી અથવા લાઇસોલના પ્રવાહીમાં હાથ બોળવાં. ખાવાના વાસણોને ઉકાળી નાખવા અથવા તપાવવા. દરદી સાજો થયા પછી ઓરડાને જંતુ રહિત કરવો.

દર્દની સારવારઃ—સેવીકાએ હંમેશાં તાવ માપવો. નાડી તપાસવી અને શ્વાસ દરેક ત્રણ કલાકે ગણી રાખવા. વાદળીથી શરિર ઠંડા પાણી વડે સ્વચ્છ કરવું. તેની અસર તાવ અને નાડ ઉપર શી થાય છે તેની નોંધ લેવી. મોઢું અને દાંત કોગળા કરવાની દવાથી સાફ રાખવાં. લીસ્ટફાઈન અથવા "ગ્લાઇકો થાયમોલીન" વાપરવું. બની શકે તો દરદીને ઈસ્પતાલમાં મોકલી દેવો. ખાનગી ઘરમાં હવા અજવાળાવાળો ઓરડો દરદીને સુવા માટે પસંદ કરવો અને તમામ ફરનીચર બહાર કાઢવું. ઓરડાની ગરમી ૬૫ ડીગ્રી સુધી રાખવી, ખાટલાને ઓરડાની મધ્યમાં રાખવો, દરદીને ખાટલામાં સુવાડી શાંત રાખવો. દરદ દરમિઆન દરદીને સ્વચ્છ રાખવો. વાદળીથી શરીર સાફ કરી નવરાવવાનું કાયમ રાખવું. શરિર ઉપર બોરીક એસીડ ચોપડવો. નીચેની વસ્તુઓ સ્વચ્છ રાખવીઃ—

૧. બેડપેન.
૨. યુરિનલ.
૩. ઝાડાની પિચકારી અને નળી.
૪. ડેાલ–બકેટ.
૫. કારબોલીક લોશન.
૬. દરદીને ખવરાવવાની થાળીઓ.
૭. હાથ ધોવાના વાસણો.
૮. સાબુ રાખવાની દાબડી.
૯. રબરની ચાદર.
૧૦. થર્મોમેટર, પાણીનું અને તાવ માપવાનું બંન્ને.
૧૧. કેથેટર્સ ટુવાલ અને હાથ રૂમાલ તથા બરફની થેલી.

ઉપર પ્રમાણેની વસ્તુઓ સ્વચ્છ અને તૈયાર રાખવી. આ દરદમાં સારવાર ખાસ ઉપયોગી છે. દાક્તરો ખાસ કબુલ કરે છે, કે આ દરદમાં સારવાર ખાસ ઉપયોગી છે. જ્યાંસુધી દરદ ના મટે ત્યાં-

સુધી ખાસ ધ્યાન રાખવું, દરદીને વાંસાભર સુવાડવો. ખોરાકની બાબતમાં ડૉકટરના કહ્યા પ્રમાણે બરાબર વર્તવું. દરદીને સ્વચ્છ અને કોરો રાખવો, કે જેથી ચાંદા ન પડે. પિસાબ અને ઝાડો કાળજી પૂર્વક કરાવવો. દરદીને વાંસાભર લાંબો વખત સુવા નહિ દેવો. તાવ કાયમ રહે છે, માટે તાવને પાણીના પ્રયોગથી અને દવાથી કાબુમાં રાખવો. પાણીના પ્રયોગ વડે તાવ ઓછો થાય છે, મગજના ચિન્હો હલકાં પડે છે, શ્વાસોશ્વાસને મદદ મળે છે અને લોહી સારી રીતે ફરી શકે છે. પેસાબ વધારે થાય છે. અને ચાંદાં પડતાં નથી. પાણીનો પ્રયોગ ખાસ તાવ ઉતારવા માટે છે, છતાં પણ મગજ અને ફેફસાંના ચિન્હો પણ જોવાં. ૧૦૩ ડીગ્રી ઉપર તાવ હોય, તો શીતળ જળનું સ્નાન આપવું. ઠંડા ટબમાં પાણી ભરી અને તેમાં દરદીને બેસાડવો. તે વખતે પાણીની ગરમી ૯૦ ડીગ્રી રાખવી. તે પાણીમાં ચાળીશ ડીગ્રી જેટલું ઠંડુ પાણી રેડતાં જવું અને **પાણીની ગરમી ૭૫ ડીગ્રી થાય કે તુરતજ પાણી રેડવું બંધ કરવું.** ન્હાવાના ટબ ઘણી જાતના આવે છે. નીચે નાની નાની ગરેડીઓ પણ હોય છે કે જેથી ટબ પથારી પાસે લાવી શકાય. ઠંડા પાણીમાં ૧૦–૧૫ મિનિટ સુધી દરદીને રાખી ચામડી ખૂબ મસળવી. પછી દરદીને બહાર કાઢી પથારીમાં સુવાડી દેવો. તેને ચાદર ઓઢાડી લૂછી નાખવો. પછી ગરમ બનુસ ઓઢાડી દેવો. દરદીને નવરાવ્યા પહેલાં અને પછી તાવ માપી જોવો. નવરાવ્યા પછી દરદીને અશક્તી જણાતી હોય, તો પથારીમાં ઠંડા પાણીમાં બોળેલી ચાદરવડે શરીર લૂછી લેવું. જો દરદીને આંતરડામાં લોહીસ્રાવ થયો હોય, કાનમાં દુખાવો થતો હોય, ગુરદાનું દરદ હોય અથવા સંધીવા હોય, તો ઠંડુ પાણી વાપરવું નહિ. આ દરદમાં તાવ ઉતારવાની દવા§ આપી શકાય છે. ૧૫ ગ્રેનના પ્રમાણમાં એન્ટીપાયરીન

---

§Aconite—વત્સનાગ–નું ટીંકચર નાડી ભરેલી અને ઉછળતી હોય તો આપવું અને ધીમી અને મંદ હોય તો ન આપવું, તેમજ બિમારીના છેવટના ભાગમાં તે કદી ન આપવું.

antepyrine વપરાય છે. ફીનાસીટીન ૫ થી ૧૦ ગ્રેન અપાય છે. પરંતુ આ દવાઓ હૃદયને મંદ પાડતું હોવાથી ન અપાય તો ઠીક* પેટમાં હવા ભરાય છે, તેના માટે તરપીટરનું તેલ પીવા આપવું અને તે દસ ટીપાંની માત્રામાં આપવું.+ તરપીટર પેટ ઉપર ચોળવા આપવું. પેટમાં પવન ભરાયો ન હોય તો શરીર ઉપર પાણીનો પ્રયોગ બસ છે. આંતરડામાંથી લોહી પડે તો મોરફીઆનું ઈન્જેકશન મૂકવું અને ૧૦ ગ્રેન કેલ્શમ ક્લોરાઈડ આપવું. અરગટ અથવા ટેનીક એસીડ આપવાં. એડ્રીનલીન વપરાય છે.× ઝાડા માટે અફીણ બીસ્મથ અને ઇપીકાકની ગોળી આપવી. આંતરડાને સ્વચ્છ રાખવા જુલાબ ન લાગે તેવી નાનામાં નાની માત્રામાં કેલોમલ આપવું અથવા

---

* ફીનાસીટીનને બદલે સુરોખાર, નવસાર અને ફટકડીને મેળવી બબ્બે ત્રણ ત્રણ વાલ પાણી સાથે આપવું. આથી તાવ નરમ પડી જશે અને પરસેવો લાવશે, અને અશક્તિ નહીં આવે.

\+ ટરપેન્ટાઈનનું તેલ પીવાને બદલે આ વખતે હીંગ વાલ ૨ થી ૩ ઘી મેળવી ચટાડવું. અગર શેકેલ અજમાનું ચૂર્ણ કે અજમાનાં ફુલ, ડુંગળીનો રસ અને કપુર મેળવીને શરીરે ચોપડવું.

× આંતરડામાંથી લોહી પડે તો ચંદ્રકળા રસ અથવા સુખડનો ઘસારો સાકર નાખી પાવો. ઝાડા થતા હોય તો કેશર, અફીણ અને મીણ સરખે વજને ગોળી કરવી. ઉપર શંખજીરૂ ભભરાવવું. ગોળી બાજરીના દાણા જેવડી કરવી. દીવસમાં ગોળી ૬ સુધી દેવી. કેલોમલની બદલીમાં આ જગ્યાએ શંખભસ્મ વાલ ૧ થી ૪ સુધી પાણીમાં આપવી.

એકોનાઈટને બદલે જરૂર પડે ત્યારે આવે વખતે ત્રીપુરભૈરવ રસ બબ્બે વાલ ટંકે મધમાં દેવો. ત્રીપુરભૈરવ રસની બનાવટ—સુંઠ ૪ ભાગ, મરી ૪ ભાગ, ટંકણ ૩ ભાગ અને વછનાગ ૧ ભાગ મેળવીને બનાવવો. દરેકનું બારીક ચૂર્ણ કરવું.

બીસ્મથ સેલીસીલેટ આપવું. સાલોલ પણ અપાય છે. "ગ્રીન્સી સલ્ફો-કારબોલેટ અથવા સોડીયમ સલ્ફો કારબોલેટ" પણ વપરાય છે. ચામડીની સ્વચ્છતા માટે બોરીક એસીડ શરીર ઉપર ભભરાવવો. ખોરાક દૂધ અને પાણીનો રાખવો. પીવાય તેટલું પાણી અને શેરથી દોઢ શેર દૂધ આપવું. સાબુચોખાની કાંજી, જવનું પાણી વિગેરે આ-પવાં. તાવ ઉતર્યાં પછી દસ દિવસ સુધી પ્રવાહી ખોરાક આપવો.

અનુવ્યાધી—આ દરદ જો કે સમસીતોષ્ણ પ્રદેશમાં વિશેષ થાય છે, છતાં પણ મુસાફરીના સાધનો વધવાથી હિંદુસ્તાનમાં પણ જોવામાં આવે છે. પાનખર રૂતુની અંદર આ દરદ વિશેષ થાય છે. સ્ત્રીઓ કરતાં પુરૂષમાં વધારે થાય છે એમ નથી, પરંતુ ૧૫ અને ૨૫ વર્ષની અંદર સ્ત્રી અને પુરૂષોમાં સરખુંજ લાગુ પડે છે. એક વખત તે તાવ આવ્યા પછી ફરીથી આવતો નથી. તેના જંતુઓને લાંબા લાંબા કાનખજુરાની માફક ઘણાં પગ હોય છે અને તેનાથી તે પોતાની ગતિ કરે છે. સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની નીચે તપાસવા માટે સાધારણ "એનીલાઇન" રંગથી રંગી શકાય છે, પણ ગ્રામની રંગવાની રીતથી તે રંગાતા નથી. ૬૦ ડીગ્રી સેન્ટીગ્રેડ ગરમી હોય તો ૧૦ મિનિટમાં નાશ થાય છે, પણ ૫૦ ડીગ્રી સેન્ટીગ્રેડ ઓછી ગરમી હોય, તો તે જીવી શકે છે, એટલે કે બરફથી નાશ થતો નથી. તેને સૂકવી નાખવામાં આવે તોપણ તે મહિનાના મહિના સુધી જીવી શકે છે. પાણી અને બરફ વાટે આ દરદ ફેલાય છે. તેથી જો એવા જંતુઓવાળું પાણી પીવામાં આવે તો તે આંતરડાની ગ્રંથીઓ કે જે લીંફનું વહન કરે છે, તેને પ્રથમ હુમલો કરે છે અને મીસેન્ટ-રીની ગ્રંથીઓ, બરોળ, હાડકાંની અંદર રહેલ મેદો, લીવર, પિત્ત, તેની અંદર નીકળતાં દાણાં પેસાબ અને ઝાડામાં હોય છે. આ જંતુઓ સાકરને તેજાબના રૂપમાં હવા પેદા કર્યા સિવાય ફેરવી નાંખે છે. આંતરડાના ઇલીયમ નામના ભાગને પ્રથમ તે હુમલો કરે છે અને તેથી ત્યાં ચાંદુ પડે છે. તે ભાગ સૂઝી આવે છે. તેમાં

તેનું ઝેર પેદા થાય છે, તે ત્યાંથી શોષાઇ શરીરમાં દાખલ થાય છે અને તેથી બીજા ચિહ્નો જણાય છે.

ઇલીયમના નિચેના બે ફુટ આંતરડાના ભાગની લીંફ વાટે ગ્રંથીઓમાં આ જંતુઓ પ્રથમ દાખલ થાય છે. અને પછી તે દાણા સૂઝી આવી લાલ થાય છે. આ બધું પ્રથમ ૮ દિવસમાં બને છે. પછી આસપાસની લોહીની નળીઓ બંધ થઇ જાય છે, તેથી તે ભાગનો નાશ થઈ, સડી અને જુદો પડી આવે છે. ક્રીયા પ્રથમ દિવસથી ૧૮ દિવસની અંદર બને છે અને તે સડેલો ભાગ જુદો પડી આવી ચાંદુ પડે છે. આ ચાંદુ અંડાકૃતિનું હોય છે. તેની કિનારી સૂઝેલી અને અંદર વળેલી હોય છે. તે ચાંદુ રૂઝાવવા માંડે છે, પણ થોડું ઘણું ચાાડું રહી જાય છે. ૫ થી ૨૩ દિવસ દરદી આ દરદ શરૂ થયાં પહેલાં અશાંત રહે છે. (Inculeation period 5 to 23 days)

બીજા અવયવોમાં થતાં ફેરફારો.

૧ મીસેંન્ટરીની ગ્રંથીઓ સુઝી લાલ થાય છે.

૨ બરોળ વધે છે અને સુઝી આવે છે. ઘણેખરે ભાગે ૮ મા દિવસે તે જોઇ શકાય છે.

૩ શ્વાસોશ્વાસનાં અવયવો પૈકી ફેફસાંમાં સોજો આવી ન્યુમોનીઆ ઉત્પન્ન કરે છે. ઘણેભાગે ન્યુમોનીયા ન હોય, તોપણ ઉધરસ તો હોય છેજ. શ્વાસનળીના ઉપરના ભાગમાં સ્વરનળિમાં ચાંદા પડે છે.

૪ હૃદયની માંસપેશીમાં ચરબી એકત્ર થાય છે, તેથી હૃદય મંદ પડી ઘણુંજ ધીમું ચાલે છે. પરંતુ તેના ધબકારા એક મિનીટે ૧૨૦ સુધી હોય છે. આ દરદમાં હૃદય ઉપર દબાણ વિશેષ થાય છે. હૃદય નબળું પડવાથી લોહી શરીરમાં જે ગતિએ ફરવું જોઇએ તે ગતિથી ફરી શકતું નથી, તેથી ચામડી સુધી પહોંચેલી ઝીણી ઝીણી શીરાઓમાં લોહી મંદ ગતિએ ફરે છે,

અને તેથી ઉષ્ણતા તે ભાગની ઓછી રહે છે, એટલે કે શરીરની ચામડી તાવના પ્રમાણમાં ઉષ્ણ હોતી નથી. ચામડી ઉપર હાથ ફેરવીએ તો ઠંડી જણાય છે અને થર્મોમેટરથી તાવ માપતાં ૧૦૪ ડીગ્રી ગરમી હોય છે. આ દરદની ખાસિયત એવી હોય છે, કે ચામડી ઠંડી રહે છે, અને તેથી જો આપણે ગરમ પાણીનો પ્રયોગ કરીએ, તો ચામડીની શિરાઓ વિસ્તૃત થાય છે, અને ચામડીની ગરમી વધે છે, પરંતુ હૃદય નબળું પડે છે. પરસેવો આવી તાવ ઉતરે છે. આ રીતે આ 'તાવમાં હૃદયની ખાસ (ગરમ પાણીનાં પ્રયોગમાં) સાવચેતી રાખવાની છે. ઠંડા પાણીનો જો પ્રયોગ કરીએ, તો ચામડીની શિરાઓ સંકોચાઈ જાય છે અને હૃદયને લોહી ફેરવવા ઓછું કામ કરવું પડે છે, તેથી હૃદય નબળું પડતું નથી, માટે ઠંડા પાણીનો પ્રયોગ હિતકર છે.

૫ હૃદય નબળું પડવાથી અને લોહીની અંદર તે તાવનું વિષ ફરતું હોવાથી રક્તવાહિનીઓમાં કેટલીક વખત લોહીની ઝીણી ગઠી પડી જાય છે. તે ગઠી રક્તવાહિનીમાં અગર ફસની અંદર જો અટકી જાય તો તેની નીચેના અવયવનું રૂધિરાભીશ્રણ બંધ થઇ જાય છે; તેથી તે ભાગ ઉપર સણકા આવે છે, અત્યંત દુખાવો થાય છે, વેદના થઈ તે ભાગ સૂઝી જાય છે. ચામડી ઉપર લાલાશ આવી પછી કાળાં ચાંદા પડે છે, અને તે ભાગ સડી જઇ નકામો થઈ જાય છે. આખરે ગેંગ્રીન× થઇ આવે છે. ખાસ કરીને ડાબા પગની ફીમોરલ નામની ફસમાં તેમ થાય છે, પરંતુ જમણા પગની પીંડીમાં પણ થઇ, જમણા પગનો અંગુઠો બહેરો થઇ લીલો થઇ જાય છે અને ×ગેંગ્રીન વધવા માંડે છે.

× Gangrene

૬ ગુરદા અને મગજના પડમાં પણ સોજો આવે છે. હૃદયની અંદરના અસ્તરમાં પણ સોજો આવે છે.

૭ નાકમાંથી, ગળામાંથી અથવા આંતરડામાંથી લોહી પડે છે. જ્યારે નાકમાંથી લોહી પડે, ત્યારે આ દરદની શરૂઆત થાય છે. પ્રથમ દરદીને આ જંતુઓનો હુમલો થયા પછી ૫ થી ૨૩ દિવસ સુધી દરદીનું (Frontol) આગળનું સખત માથું દુખે છે અને શરિર ભાંગે છે, આળસ આવી બિમાર જેવું ગમગિન શરીર રહે છે. કામ કરવાની ઇચ્છા થતી નથી. પ્રથમ અઠવાડિયામાં(જ્યારથી નાકમાંથી લોહી પડે છે, અને તાવ ઉતરતો નથી ત્યારથી દરદની શરૂઆત ગણાય છે, અને તે પહેલું અઠવાડીયું ગણાય છે.) તાવ ચડે છે. તે લગભગ ૧૦૪ થી ૧૦૫ સુધી જાય છે. તાવ સાથે નાડી ઘણીજ ધીમી હોય છે. તાવ ૧૦૫ હોય, ત્યારે નાડી ૧૨૦ જેટલી હોય છે. બીજા અઠવાડીયામાં તાવ તેમનો તેમ રહે છે અને દરદીના હાથ, પગ કંપે છે, ચ્હેરો ઉસ્કેરાયેલા જેવો બાવરો અને બેભાન બની જાય છે. આંખો સ્થિર રહેતી નથી–જીભ ઉપર મેલ જામી જઇ ચિરાડા પડે છે. સુકાઇ અને લાકડા જેવી જીભ થઇ જાય છે. દરદી બેભાન અવસ્થામાં બડબડાટ કરે છે. હાથ પગની આંગળીઓ આકાશમાં વિંઝે છે અથવા હાથની આંગળીઓ વડે કપડાં ચુંથે છે, અગર કંઇ પકડવું હોય, તેમ કોઇ ચીજને અડે છે, હાથ, અને આંગળીઓ ધ્રૂજે છે, તેથી બરોબર ચીજ પકડાતી નથી. પેટની અંદર ભૂખનો નાશ થઇ જાય છે. ત્રણથી ચારેક પાણી જેવા ઝાડા થાય છે. દરદીને આ વખતે તાવ વધે છે. બેભાન અવસ્થા વધી જાય છે. હૃદય નબળું પડે છે. નાડીનો વેગ ધીમો થઇ જાય છે. આખરે હૃદય બંધ થઇ દરદી દેહનો ત્યાગ કરે છે. આ વખતે દરદીને શરીરે પરસેવો આવી મોતીયા છૂટે છે.

શરિર પ્રથમ ઠંડુ પડી, હૃદય બંધ થાય છે અને પછી શ્વાસ બંધ પડે છે. દરદીને આ બધાં ચિન્હો બીજા અઠવાડીઆમાં થાય છે. શરીરના ઉપર ઝીણાઝીણા દાણા ૭ થી ૧૦ દિવસે નીકળે છે. સાધારણ રીતે પ્રથમ પેટ, છાતી, અને વાંસામાં નીકળે છે. તે થોડાંક ગુલાબી રંગના દાણા નીકળે છે. આપણે તેને અડકીયે તો તે ચામડીની સપાટીથી સ્હેજ ઉંચા જણાય છે. ૨થી ૪ મિલીમીટરના વ્યાસના હોય છે. **એને દબાવવાથી અદ્રશ્ય થઈ જાય છે.** બે ત્રણ દિવસ આ દાણાઓ રહી, સુકાવા માંડે છે અને તેના ઉપરની લાલ ફોતરી ઉખડવા માંડે છે. તે બે થી ત્રણ અઠવાડીયાં રહે છે.

૮ પેટ ચડેલું રહે છે અને ઝાડા થાય છે. કેટલાકને કબજીયાત પણ થાય છે.

૯ મનની ગતિ મંદ પડી જાય છે અને મગજ ભમતું રહે છે, રાત્રે બડબડાટ કરે છે, માથું દુખ્યા કરે છે.

૧૦ દરદીને જ્યારે પ્રથમ તપાસવા જઇએ ત્યારે આપણને તેનું શરીર ઠંડુ જણાય છે. તેને તાવ બીલકુલ જણાતો નથી. સાધારણ ઉધરસ હોય છે. નાડી ઘણીજ ધીમી ચાલે છે, એટલે દરદીને જો બરબર તપાસીએ નહિ તો આ દરદમાં ભૂલથાપ ખાઇ જવાય છે. ચામડી ઠંડી હોય પરંતુ થર્મોમીટરથી તાવ માપતાં ૧૦૩ ડીગ્રી લગભગ હોય છે અને તે બપોરના ૧૦૫ સુધી થાય, તોપણ તેટલી ગરમી ચામડીમાં જણાતી નથી. દરદીની નાડી મંદ હોય છે, પરંતુ તેના ધબકારા ૧૨૦ જેટલા હોય છે. તેનું હૃદય નબળું પડેલું હોય છે. નાડી અને તાવને સરખાવીએ, તો નાડીના ધબકારા ઘણાંજ ધીમા જણાય છે.

૧૧ લોહીમાં ધોળા રજકણો પુષ્કળ ઓછાં હોય છે, પરંતુ લીલા રજકણો વધારે હોય છે.

એ રીતે પહેલાં અઠવાડીયામાં બધાં ચિન્હો હોય છે. બીજા અઠવાડીયામાં આ બધાં ચિન્હો વધે છે. ખાસ કેસમાં ઝાડા, પેટની અંદર પવન અને આંતરડામાંથી લોહી પડે છે. એટલે આ ત્રણ ચિન્હો બધાં કેસોમાં હોતા નથી. આ અઠવાડીયામાં આંતરડામાં કાણાં પડી લોહી વહેવાથી અથવા ઉપરના બધાં ચિન્હો વધી જવાથી દરદી મરણ પામે છે. જો દરદીને આ બધાં ચિન્હો સાધારણ હોય, તો બીજુ અઠવાડીયું પસાર કરે છે. ત્રીજા અઠવાડીયામાં †તાવ ધીમે ધીમે ઓછો થવા માંડે છે. કેટલાક કેસોમાં આ અઠવાડીઆમાં પણ ચિન્હો વધી જાય છે. અને દરદી અશકત થઈ સુઇ રહે છે, પરંતુ ઘણે ખરે ભાગે આ અઠવાડીઆમાં દરદીના દરદનું રૂપ ધીમું પડી જાય છે, તેથી ચોથા અઠવાડીયામાં તાવ ઉતરી જાય છે. પેટમાં કોઈ પણ પ્રકારની ફરિયાદ રહેતી નથી. જીભ સ્વચ્છ થાય છે. દરદી આરામ ઉપર આવવા માંડે છે, પરંતુ આ વખતે તાવ ઉતર્યા પછી ફરીથી દરદનો હુમલો થવા સંભવ રહે છે અને તે થોડા અઠવાડીયા દરદને લંબાવે છે. કેટલાક કેસોમાં તાવ ઉતરતાં+ ધીરેધીરે બે અઠવાડીઆ વધારે લે છે. આ વખતે હૃદય મંદ પડી ગયેલ હોય છે, એટલે તે બંધ પડી જવાની વકી વધારે રહે છે.

૧૨ આંતરડામાંથી છ ટકા કેસોમાં લોહી નીકળે છે અને આ રક્તશ્રાવ ૧૪ થી ૨૦મા દિવસની અંદર થાય છે. એકદમ દરદીનું

---

†તાવના ચાર સ્ટેજ છે. ૧. પ્રથમ અઠવાડીઆનો "સ્ટેર કેઇસ". ૨. બીજા અઠવાડીઆમાં "કન્ટીન્યુઅસ". ૩. ત્રીજા અઠવાડીઆમાં "રીમીટંટ" અથવા "ઓસ્સીલેટીંગ" અને ૪. ચોથામાં "ઈંટરમીટંટ".

+ પ્રથમ અઠવાડીઆમાં સીડી માફક તાવ ચડેજ જાય, બીજા અઠવાડીઆં તાવ સ્થીર રહે, ત્રીજામાં ઉતરવા માંડે (Remittant) અને ચોથામાં ચડ ઉતરનો intermittant થાય.

ટેમ્પરેચર ઓછું થઈ જાય છે, દરદી ઠંડો પડી પરસેવાથી નાહી રહે છે. પછી થેાડા વખતે તેને ઝાડો થાય છે. તે ઝાડો કાળા રંગનેા લેાહી મિશ્રિત હેાય છે.

૧૩. ચારથી પાંચ ટકા કેસની અંદર આંતરડાની અંદર કાણુાં પડી જાય છે. તે વખતે દરદીને પેટમાં તિવ્ર વેદના થાય છે. દરદીનું પેટ સજ્જડ થઈ જાય છે. તેના ઉપર અડવાથી દરદ થાય છે. દરદી ઘણેાજ નબળેા પડી જાય છે. અને દબાઈ† જાય છે. નાડ દેાડતી હેાય, તેમ ચાલે છે. ચ્હેરેા ભય ભરેલેા આતુર દેખાય છે. દરદીને પેટના પડનેા સેાજો આવી મરણને શરણુ થવું પડે છે.

૧૪. મગજ ઉપર દબાણુ થઈ દરદી બેહેાશ થઇ જાય છે અને બબડવા માંડે છે. આ બડબડાટ ઘણેાજ ધીમેા અને શાંત હેાય છે. શરીરથી જ્ઞાનતંતુઓની નસેામાં સેાજો આવી દરદ થાય છે, તે દરદ એક નસમાં અગર વધારે નસમાં હેાય છે. યાદ શક્તિ પ્રથમીજ ઓછી થઇ જાય છે. પાણીના પ્રયેાગથી આ બડબડાટ ઉપર કાબુ આવે છે, દરદી આંખેા ખુલ્લી રાખી સૂઈ રહે છે પણુ નિચાણુ તરફ ધસી આવે છે અને ઝીણેા ઝીણેા બડબડાટ કરે છે. નાડી મંદ પણુ ઝડપથી ચાલે છે. ફેફસાંની અંદર લેાહીનેા જમાવ × થાય છે. હાથ પગ ઠંડા પડે છે. કેટલાક દરદીમાં ગંડવાના જેવા ચિન્હ પણુ થાય છે, તે ચેાથા અઠવાડીયામાં શાંત પડી જાય છે.

૧૫ દરદી બહુજ પડી રહે તેા ફેફસામાં લેાહીનેા જમાવ થઇ જાય છે. કેટલાકને અતિશય ઝાડા થાય છે. કેટલાકને ગાલપંચેા-ળીયા નીકળે છે. કેટલાકમાં ઉધરસ હેાય છે. હાડકા અને

---

†Collapse. ×Congestion of Lungs થાય છે તેના વડે ઉધરસ અથવા ન્યુમેાનીઆ થઇ આવે.

સાંધાના બરડાંની કરોડમાં દુખાવા થાય છે. કેટલાકમાં ઠંડા ગુંમડાં પણ નીકળે છે. (cold abscess)

નિદાનઃ—એ રીતે આ દરદ જુદી જુદી રીતે ચિન્હો ઉત્પન્ન કરે છે. લોહીની અંદરથી આ જંતુની તપાસ થઇ શકે છે. વીડાલ નામના સાહેબે આ દરદ પારખવાની રીત બતાવી છે. તે સાતમો દિવસ પછી ઉપયોગી થાય છે. તેમાં ટાઇફોઈડના જંતુઓના શેરવાનું મિશ્રણ અને આ તાવવાળા દરદીના લોહીનું પ્રવાહી એકત્ર કરવાથી તે ઘટ બનાવી દે છે. ટાઇફોઈડ નામનો તાવ અને પેરાટાઇફોઇડનું દરદ એ બન્નેનું નિદાન ડ્રોઅર સાહેબની રીતથી થાય છે. એટ્રોપીન આ દરદમાં આપવાથી નાડીના ધબકારા વધતા નથી, પ્રથમ દર કલાકે નાડ જોવી, અને જ્યારે નાડી સ્થિર જણાય ત્યારે એટ્રોપીન $\frac{1}{33}$ ગ્રેન ચામડી વાટે આપવું. ૨૫ મિનિટ પછી જો નાડ વધે તો આ દરદ ટાઇફોઇડનું છે તેમ સમજવું. એક મિનિટે ૧૪ ધબકારા વધી જાય છે. આ રીત નુકસાનકારક છે. ધોળા રજકણો ઓછાં થઈ જાય છે. દરદની શરૂઆત બરોળનું વધવું, નાકમાંથી લોહી પડવું, ઉધરસ, અને શરીરના ઉપરના ગુલાબી રંગના દાણાં એ આ દરદમાં ખાસ ઉપયોગી નિશાની છે. આ દરદ ટાઇફોઇડ, ક્ષય, મગજના પડનો સોજો, ન્યુમોનીઆ, એપેન્ડીસાઇટીસ, હૃદયનું વરમ અને સેફ્ટીસીમીઆ વિગેરેને મળતાં ચિન્હવાળું છે, તેથી ઉપલાં દરદો સાથે ગુંથવાડો થાય છે.

પ્રોગ્નોસીસઃ—દરદીને વિષારી ચિન્હો વધુ જણાય, બડબડાટ કરે, ઝાડા અને પેટમાં પવન થાય તો દરદ ભયાનક રૂપ પકડે છે.

સારવારઃ—આ દરદમાં મોઢું સાફ રાખવું. જુલાબ આપવો નહિ અને જરૂર પડે તો થોડું પેરેફીન આપવું. ગુદાવાટે પિચકારી મૂકવી. ખોરાક પ્રવાહી આપવો. લેમોનેડ અને જવનું પાણી આપવું, દૂધ ઉપર દરદીને રાખવો. દૂધવાળાં ચૉકલેટ આપવા. બ્રાન્ડી, ડીઝીટેલીસ, કપૂર, સ્ટ્રીકનાઈન અને કેફીન હૃદયની નબળાઈ ને માટે આપવાં. ૧૦૩ ઉપર તાવ હોય તો અને દરદી બડબડાટ કરતો હોય તો વાદળી

વડે દરદીનું શરીર નવશેકા પાણીથી ધોવું. અથવા ભીની ચાદર ઓઢાડી કામળા ઓઢાડી દેવા, અથવા ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરાવવું. આમ કરવાથી દરદી ભાનમાં આવી બડબડાટ કરતો બંધ પડી જાય છે, નાડી સુધરે છે અને ઉંઘ આવે છે. આ દરદમાં કોઈ પણ પ્રકારની ખાસ દવા નથી. તજનું તેલ, સુંઠનો અર્ક, વિગેરે અપાય છે. કલોરિન મિકચર ઠીક ફાયદો આપે છે. તાવ કાબુમાં રાખવા માટે ડાયાફોર્ટીક મિકચર આપવું. તેમાં થોડાં લોબાનના ફુલ ઉધરસ બંધ કરવા નાંખવા. લોહી પડતું હોય તો પેટ ઉપર બરફની થેલી મૂકવી. અને કેલશમ કેલોરાઇડનું એક ટકાનું પાંચ સીસી પ્રવાહી ફસવાટે મૂકવું. $\frac{1}{4}$ ગ્રેન મોરફીયાની ચામડી વાટે પિચકારી આપવી. ટાઇફોઇડ નામના જંતુઓનું* વેકસીન મૂકવું, આંતરડામાં કાણું પડે તો પેટ ખોલી ટાંકા મારવા. અતિશય ઝાડા થતા હોય તો સ્ટાર્ચx અને અફીણની ઝાડાવાટે પિચકારી મૂકવી. બીસ્મથ અને ચાકના પડીકા આપવા+ **જ્યાં સુધી તાવ ઉતર્યાને અઠવાડીયું ન થાય ત્યાં સુધી કોઇપણ પ્રકારનો ખોરાક આપવો નહિ.** રક્તવાહિની અથવા ફસ બંધ પડી ગેંગ્રિન થાય તો વીજળી મૂકવી. હૃદય મંદ પડે તો ઉત્તેજક દવાઓ આપવી.§ નીચેનું મિકચર આ દરદમાં વપરાય છે—

---

*Paratythoid A & B.

xStarch—મેંદો. amylum

+બીસ્મથ અને ચોક ને બદલે કડાછાલ અને શંખજીરૂં મેળવી વા. ૨ નું ચૂર્ણ આપવું.

§**હૃદય મંદ પડે તો**—શ્વાસકુઠાર વાલ ૧ થી ૨ આદાનો રસ અને મધ મેળવી આપવાં. સુંઠ, મરી અને પીપરનું ચૂર્ણ વાલ ૧ થી ૨ મધમાં આપવું. કાયફળ અને ત્રીકટુ અથવા સુંઠને ગોળનો ઉપયોગ કરવો. દરેક જાતના તાવ અને શરદીમાં હૃદય મંદ પડે તો ઉપરની દવા આપવી. પિત્તનો પ્રકોપ થઇ હૃદય મંદ પડે તો આલુબુખાર, દાડમ, મોસંબી, દ્રાક્ષ, સંત્રાનો ઉપયોગ કરવો.

૧ ક્વીનાઇન હાઇડ્રોક્લોરાઇડ	ગ્રેન	૬
એસીડ હાઇડ્રોક્લોરીક ડીલ્યુટ.	ટીપાં	૨૦
પોટાસ ક્લોરાસ	ગ્રેન	૧૫
પાણી	ઔંસ	૩

મેળવી અને દર ત્રણ કલાકે એક ઔંસ આપવું.

૨ લા. આમોનીયા એસીટેસીટ.	ઔંસ	૧॥
સ્પીરીટ આમોનીયા એરોમેટીક.	ડ્રામ	૧
સોડા સેલીસીલેટ	ગ્રેન	૨૦
પોટાસ સાઇટ્રાસ	ગ્રેન	૪૫
સીરપ ટોલું	ડ્રામ	૧॥
સોડા બેન્ઝોઆસ	ગ્રેન	૩૦
એકસેટ્રેસ્ટ ગ્લીસરાઇઝ	ડ્રામ	૦॥
પાણી	ઔંસ	૩

મેળવી દિવસના એક ઔંસ દર ત્રણ કલાકે આપવું.

૩ બ્રાન્ડી	ઔંસ	૧॥
સ્પીરીટ આમોનીયા એરોમેટીકસ	ડ્રામ	૧॥
ટીંકચર જીંજર	,,	૧
ટીંકચર સીનેમોમાઈ	ટીપાં	૧૫
ટીંકચર ડીઝેટેલીસ	,,	૧૫
લા. સ્ટ્રીકન્યા	,,	૮
પાણી	ઔંસ	૩

એ સઘળાં મેળવી એક ઔંસ દર ત્રણ કલાકે આપવા.

૪ સોડીયમ વીરોનલ	ગ્રેન	૧૦

રાત્રે સુતી વખતે આપવું.

૫ ટાયફોઇડ વેકસીન, Kraus's Antiendotoxic Serum, Typhoid and Para-Typhoid Vaccine મૂકવું અથવા Paratyphoid A&B મૂકવું.

આ દરદમાં ક્વીનાઇનનો અતિ ઉપયોગ થાય, તો કદાચ લકવા જેવાં ચિન્હ કરે છે. પરંતુ તે કાંઇ ગૅંગ્રીનને પેદા કરતું નથી, પરંતુ ટાઇફોઈડમાં ગૅંગ્રીન પણ થાય છે અને હૃદય નબળું પડતાં દરદીને પગમાં વેદના ખૂબ થાય છે. કેટલાકને ડાબા પગની પીંડીમાં થાય છે અને કેટલાકને જમણાં પગમાં પણ થાય છે.

જ્યારે ગેંગ્રીન થાય ત્યારે દરદ રે-નોડસ ડામીઝ સાથે ગભરામણ કરાવે છે. અને કેટલીક વખત આ દરદમાં તાવ "ચાલુ" રીતનો ન હોતાં રીમીટંટ જાતનો હોય છે, ત્યારે તે મેલેરીઆ અને ડેન્ગ્યુ નામના રોગ સાથે ખાસ મળતો આવે છે. ડેન્ગ્યુ આઠ દિવસ રહે છે. એક દિવસ તાવ તદ્દન ઉતરી જઇ પાછો શરૂ થાય છે. અને શરીરના સાંધા તથા હાડકાં ઘણાંજ દુખે છે. અને તેમાં હાથ પગ ઠંડા નથી હોતા, તેમજ નાડી ગરમી પ્રમાણે રહે છે. મેલેરીઆના તાવમાં બરલ વધેલીજ શરૂથી હોય છે, ત્યારે આ દરદમાં બરલ ૮ મા દિવસે જણાય છે. વળી મેલેરીઆમાં દાણા નીકળતા નથી. તેમ કેટલીક વખત આ દરદમાં દાણા કાળા લોકોને ધોળા નીકળે છે, અને તે ડોક અને છાતી તથા ડોકની આગળના ભાગમાં હોય છે, જેમ અળાઇઓ નીકળે છે, તેમ ધોળા પાણીના ભરેલા દાણા નીકળે છે. તે દાણાનો દેખાવ થાય છે કે તુરત અથવા બીજે દિવસે દરદના ચિન્હો એકદમ વધી જાય છે, અને દરદી ઘણેખરે ભાગે મરણને શરણ થાય છે. પરંતુ જો દાણાની સાથે ચિન્હો વધે નહિ તો દરદી મરણ પામતો નથી. એટલે ખાસ યુરોપના લોકોની માફક આપણા કાળા લોકોમાં દરેક વખત દાણા લાલ નથી નીકળતાં. આવા દરદને દેશી લોકો મોતીઝરાના નામથી ઓળખે છે, પરંતુ મોતીઝરામાં અને ટ્રાઇફોઈડમાં જો કોઇપણ પ્રકારની માથાકુટ રહેતી હોય, તો તે આ દાણા પુરતીજ છે, કારણ કે ટાઇફોઇડના કેસોમાં દાણા લાલ અને પ્રથમ પેટ ઉપરજ નીકળે છે. વળી કોઇ કોઈ કેસોમાં દાણા નીકળતાજ નથી. જ્યારે મોતીઝરામાં ધોળા મોતીના જેવા ઝીણા દાણા ડોક ઉપર થુલીઆ જેવા નીકળે છે. તાવ વિગેરેની

મુદ્દત ટ્રાઇફોઇડના જેટલીજ છે. તેથી મોતીઝરો અને ટ્રાઇફોઇડ એ બે એક છે કે કેમ, તે નક્કી કરવું બાકી રહે છે, પરંતુ દરદનું ખરૂં નિદાન બીજા અઠવાડીયામાં માઇક્રોસ સ્કોપની મદદથી થઇ જાય છે. એટલે આવા દરેક કેસમાં માઇક્રોસ્કોપની મદદવડે નિદાન કરી અને સારવાર કરવી.

સારવારમાં મારા અનુભવ પ્રમાણે નં. ૧ અને ૩ નું મિકચર ઉપયોગી છે. દરદીને બીજા નંબરનું મિકચર જે જે કેસમાં મેં આપેલું તે કેસમાં મને ફતેહમંદી મળી નથી, તેથી તે મિકચર આપવા હું ભલામણ કરતો નથી, પરંતુ અતિશય તાવ હોય તો તેને ઉતારવા તેની એકાદ બે માત્રા આપવામાં વાંધો નથી. ટાઇફોઇડના તાવનો ટેમ્પરેચર ચાર્ટ આ પ્રકરણના અંત ભાગમાં આપવામાં આવેલો છે. તેમાં જોતાં જણાય છે, કે નાડી ૧૨૦ થી ૨૫ હોય છે. તે વખતે તાવ ૧૦૫ ડીગ્રી જણાય છે. તેમજ સ્વાંસોસ્વાસ ૨૫ થી ૨૭ સુધી હોય છે. એટલે તાવ, નાડી અને સ્વાસોસ્વાસનું પ્રમાણ શરીરની ગરમી ઉપર હોતું નથી. હૃદય નબળું બની જાય છે. અને તાવની સ્થિતિ એવી રીતની હોય છે, કે તે રીમીટંટ* ટાઇપને કવચિત મળતી આવે છે. કેટલાક દરદીને બરડાની કરોડનું દરદ થઈ આવે છે. તેને અંગ્રેજીમાં "ટાઇફોઇડ સ્પોન્ડીલાઇટીસ કહે છે. કમરની અંદર આવેલ લંબર નામના હાડકાંમાં અતિશય દરદ થાય છે, તેમાં રહેલ બે વરટીબ્રાની વચ્ચમાં કારટીલેજની ચકતી ગળી જાય છે, પરંતુ તે પાકતી નથી, વૃષણ ઉપર આવેલ "ઈપીડોડીમીસ" નામની ગ્રંથી ઉપર પણ સોજો આવે છે અને વૃષણ સુકાઈ પણ જાય છે.

આ દરદમાં ઘણી ખરી ખાસિયતો એવી હોય છે. કે દરદનું નિદાન કરવું મુશ્કેલ થઇ પડે છે. યુરોપમાં આ તાવ ૯૦ ટકા

---

* ત્રીજા અઠવાડીઆમાં કેઇસ જોવામાં આવે તો રીમીટંટ ટાઇપ હોય છે ખરો, પણ તે અવળી જાતનો હોય છે એટલે બે ચડી એક ઉતરે.

સાધારણ સ્વરૂપમાં હોય છે, પણ આફ્રિકા અને હિંદુસ્તાનમાં તે ભયંકરરૂપ પકડે છે. હૃદયને ઉત્તેજક દવાની જરૂર આ કેસમાં પડે, ત્યારે તેની અસર ત્રણ કલાકમાં જણાય છે. આ દરદના અમોએ ઘણાં કેસો જોયા પછી તે કેસોના રૂપાંતર પ્રમાણે ઉપરનું વર્ણન લખેલું છે, તો વિદ્વાનવર્ગ ભૂલચૂક માટે અમને લખી અમારા જ્ઞાનમાં વધારો કરવામાં મદદ જરૂર આપશે.

પ્રકરણ ૮ મું.

શરીરની રચનાનું ટુંકું વર્ણન.

એક એંજીન અગર વીજળીનું મશીન ચલાવવું હોય, તો તેના ચલાવનારે તે એંજીનના જુદા જુદા ભાગોની રચના જાણવી જોઈએ. તેવીજ રીતે શરીર ઉપર કામ કરનાર માણસે શરીરની રચના જાણવી જોઇએ. માણસનું શરીર એક અદ્દભુત યંત્રના જેવું છે અને તેથી કરી તે યંત્રના દરેક ભાગ, તેનું માપ, તેનો રંગ, તેનું કાર્ય અને જીવનશક્તિ સાથે તેની ઉપયોગીતા જાણવી જોઇએ. શરીરના દરેક અવયવો શું શું કામ આપે છે, અને કરે છે તે ખાસ જાણવું જોઇએ. જ્યારે શરીરના ભાગ બગડે, અને તેવાં બગડેલા ભાગનું નામ ત્યારેજ મળી શકે. જ્યારે આવા ભાગનું આપણને કુદરતી જ્ઞાન હોય, આવા બગડેલા ભાગ તે શરીરમાંનો રોગ ગણાય છે. તે બગડવાનું કારણ શોધી કાઢી તેને સારા કરવા તરફ જે જ્ઞાન લઇ જાય છે. તેને વૈદકશાસ્ત્ર કહે છે. શરીરના તમામ અવયયોનું વર્ણન જેમાં આવે છે, તેને શારિરશાસ્ત્ર કહે છે. આવા અવયયોનું તંદુરસ્ત સ્થિતિમાં જે કાર્ય છે, તેને જાણવાનું જેમાંથી મળે, તેને માનસ શાસ્ત્ર કહે છે. શરીરના બગડેલા અવયયોનું વર્ણન જેમાં હોય તેને પેથોલોઝી કહે છે. શારીરશાસ્ત્રનું જ્ઞાન મેળવતી વખતે હાડકાં, માંસ-

પેશી, ચરબી, રક્તવાહિની, જ્ઞાનતંતુઓ, મગજ, ફેફસાં, હૃદય, હોજરી, આંતરડાં, બરલ, વિગેરે દરેક ભાગ કે જે શરિરની રચનામાં ભાગ લે છે, તે બધાનું જ્ઞાન આવશકય છે.

હાડકાં—હાડકાંઓ કઠણ, નકકર અને અંદરખાનેથી પોલાં હોય છે. રંગે બહારથી ભૂખરાં હોય છે, અને અંદરખાનેથી લાલ હોય છે. હાડકાંનો એક કટકો તપાસતાં માલુમ પડે છે, કે તે બે પદાર્થનો બનેલો હોય છે. બહારનો પદાર્થ + એકત્ર હોય છે અને અંદરનો * મધપુડા જેવો પોલો હોય છે. આવી રચનાથી તે શરિરમાં અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. પોલાણથી વજન ઓછું થાય છે. અને તેની મજબુતી વધે છે. શરીરમાં કેટલાક હાડકાં બહુજ કુણાં હોય છે, તેને કારટીલેજ કહે છે. આ પદાર્થ ધોળો, વળે તેવો અને શરીરમાં છાતી, સાંધાઓ, કાન, નાક, અને શ્વાસ નળીમાં આવેલ છે.

હાડકાના ઉપર અસ્તર હોય છે, અને અંદર ચિકણો ચકચકિત પદાર્થ લાલ રંગે હોય છે. આ પદાર્થ મોટા માણસોમાં પિળાશ પડતો હોય છે. હાડકાંઓને જે રકતવાહિનીઓ લોહી પુરૂં પાડે છે, તે ઘણી હોય છે. હાડકામાં ફોસફરસ, ચુનો, સોડા, મૅગ્નેસ્યા વિગેરે ઘણી વસ્તુઓ હોય છે. હાડકામાં પ્રાણીજન્ય ભાગ ત્રીજે હિસ્સે હોય છે. અને બે ભાગ પૃથ્વીના હોય છે. હાડકાંના બે કકડા લઇ અને એકને બાળીયે અને બીજાને હાઇડ્રોકલોરીકના એસીડના પ્રવાહીમાં નાંખીએ, તો પ્રથમમાંથી પ્રાણીજન્ય ભાગ બળી જશે અને પૃથ્વીનો ભાગ બરડ બાકી રહેશે. બીજામાં પૃથ્વીનો ભાગ એસીડમાં ગળી જઇ પ્રાણીજન્ય ભાગ બાકી રહેશે, આ ભાગને વાળી શકાય તેવો નરમ જોઇ શકીએ છીએ. બાળકના હાડકાં બહુજ નરમ હોય છે, વૃદ્ધના હાડકાં બરડ હોય છે, કારણ કે તેમાં પ્રાણીજન્ય ભાગ ઓછો થઇ ગએલો હોય છે, અને બાળકમાં વધારે હોય છે. વાગવાથી બાળકના હાડકાં વળી જાય છે અને વૃદ્ધના ભાગી જાય છે. માણસના શરીરમાં આસરે બસેાં હાડકાં હોય છે.

+ Compact * Spongy.

બરડાની કરોડમાં	૨૬
માથામાં	૮
ચ્હેરામાં	૧૪
પાંસળીઓ, ગળુ અને સ્ટર્નમ	૨૬
બે હાથના	૬૪
બે પગના	૬૨
	૨૦૦)

હાડકાંઓ લાંબા, ટુંકા, પહોળા, અને ખરબચડા હોય છે. લાંબા હાડકાં હાથ અને પગમાં હોય છે. હાથમાં હુમરસ રેડીઅસ, અલ્ના વિગેરે લાંબાં છે. અને પગમાં ફીમર, ટીબીઆ, ફિબ્યુલા, વિગેરે લાંબા છે. મેટાકારપલ, કારપલ, ટારસસ, અને મેટાટારસસ ટુંકા છે. પહોળા હાડકાં ખોપરીમાં, ખભામાં, ચ્હેરા ઉપર, અને ગંડસ્થળમાં છે. જ્યાં અમુક આધારરૂપે હોય, ત્યાં પહોળા હાડકાં વાપરેલ છે. બરડાની કરોડમાં ખરબચડાં હાડકાં છે.

માણસના શરીરના માથામાં બાવીસ હાડકાં છે. સૌથી પછવાડેનું એક હાડકું છે, તેને ઓકસીપીટલ કહે છે. બે હાડકાં બાજુ ઉપર રહે છે, તેને પેરાયટલ કહે છે. આગળના હાડકાંને ફ્રોન્ટલ કહે છે. લમણાના બે બાજુના બે હાડકાંને ટેમ્પોરલ કહે છે. નાકના બે હાડકાંને નેલ કહે છે. ચ્હેરા ઉપર બે ગાલના હાડકાંને મેગ્ઝીલી કહે છે. તેની નીચે બે મૅલરબોન છે; તેની નીચે એક હડપચીનું હાડકું હોય છે, તેને મેકઝેલા કહે છે. કેટલાંક હાડકાં મગજના તળીયે હોય છે. તે હાડકાં દેખી શકાતાં નથી. બરડાની કરોડના છવીસ હાડકાં પૈકી સાત ડોકના, બાર છાતીના, પાંચ વાંસાના, એક કમરનું, અને એક ગુદાનું મળી છવીસ હાડકાં હોય છે. બે હાથના ચોસઠ હાડકાં પૈકી આગળના ભાગમાં છાતી ઉપર બે બાજુના, બે કાંઠલાના હાડકાં, બે બરડાના માથાના હાડકાં, બે ભૂજાના હાકડાં, બે હાથના, બહારના

હાડકાં બે હાથના બે અંદરના હાડકાં, સોળ પોંચાના હાડકાં, દસ હથેલીના હાડકાં, અને અઠાવીસ વેઢાના હાડકાં, મળી બે હાથમાં ચોંસઠ છે. બે પગમાં મળીને બાસઠ હાડકા પૈકી બે હાડકા ગંડસ્થળના, બે સાથળના, બે ઢીંચણના, બે પગના બહારના, અને બે પગના અંદરના ચૈાદ એડીના, દસ પંજાના, અને અઠાવીસ આંગળીઓમાં હોય છે. બરડાની કરોડના હાડકાં સાંકળની માફક બંધાએલા હોય છે. આવી રીતે શરીરમાં હાડકાંઓ કરેલાં છે. તેના ઉપર માણસનું શરીર ઉભું રહી શકે છે. માણસના શરિરમાં હાડકાં એ નકકર વસ્તુ છે અને તેના ઉપર નરમ વસ્તુ લગાડેલી છે.

શરીરમાં લોહી ફરે છે. તેના ઉપર જીવનનો આધાર રહે છે. કુદરતી શરીરમાં પુષ્કળ લોહી હોય છે. અને તે શરીરમાં તમામ ભાગને પોષણ આપે છે. શરીરના વજનનો તેરમો ભાગ લોહી હોય છે. લોહી જાડું, ચળકતું અને લાલ હોય છે. તે રક્તવાહિનીમાં ફરે છે. બીજું કાળું અગર આસમાની રંગનું હોય છે. તે ફસ વાટે ફરે છે. તે ચોંટી જાય તેવું અને ચિકાશદાર હોય છે. તે ખારૂં હોય છે અને તેની ખાસ ગંધ હોય છે. લોહીમાં અમુક પ્રવાહી હોય છે. તેની અંદર લોહીના ધોળાં અને રાતાં રજકણો હોય છે. તે શરિરમાં દરેક અવયવને સુધારે છે. લોહીનો રંગ લાલ રજકણોને આભારી હોય છે. અને બીજાં ધોળા રજકણો શરીરમાં પેડેલા ઝહરને બહાર કાઢવા માટે હોય છે. લોહી, છાતીમાં હૃદય હોય છે, તેમાં થઈ અને રક્તવાહિનીઓ વાટે દરેક અવયવોમાં જાય છે. અને ત્યાંથી કચરો એકત્ર કરી ફસ વાટે હૃદયમાં પાછું આવે છે. હૃદયમાંથી તે ફેફસાંમાં જાય છે અને ત્યાં શ્વાસોશ્વાસ શુદ્ધ થાય છે. આવી રીતે હૃદય શરીરમાં લોહી વહેંચવાનું કામ કરે છે. જન્મતી વખતે નાડીના ધબકારા એકસો ચાલીસ હોય છે. હૃદયમાંથી લોહી એક કલાકે સત્તર માઇલના ઝડપથી ફરે છે. શરીરમાં છાતીની અંદર ડાબી અને જમણી બે બાજુ ફેફસાં હોય છે. તેમાં હવા શ્વાસ વાટે આવે જાય

છે, અને છાતીની વચમાં હૃદય હોય છે, તે થડકયા કરે છે. છાતી અને પેટની વચમાં એક પડદો હોય છે, અને પેટમાં આપણે જે અનાજ ખાઇએ છીએ, તે મોઢાની નળી વાટે હોજરીમાં જાય છે. હોજરી છાતીની નિચે આવેલા ખાડાની મધ્યમાં છે. તેની જમણી બાજુએ લીવર આવેલું છે અને તેની ડાબી બાજુએ બરોળ આવેલી છે. હોજરીની નીચે પેન્ક્રીઆસ નામની ગાંઠ હોય છે અને ડુંટીની લગભગ બે બાજુએ ગુરદા આવેલા છે. પેટના ભાગમાં હોજરીથી ગુદા સુધી નાના અને મોટાં આંતરડાં આવેલાં હોય છે. પેડુમાં આગળના ભાગમાં પેસાબની થેલી હોય છે. એ રીતે શરીરના અવયવો છે. આપણે જે ખોરાક લઇએ છીએ, તે મોઢામાં આવી હોજરીમાં ઉતારીએ છીએ. હોજરીમાં તેનું પાચંન થાય છે અને ત્યાંથી નાના આંતરડામાં જાય છે. તેમાં પિત્ત, અને પેન્ક્રીઆસનો રસ મળે છે, ખોરાકનો રસ થાય છે, તે રસ ઝીણી ઝીણી નસો વાટે હૃદયમાં જાય છે અને ત્યાંથી ફેફસામાં જઇ, પાછો હૃદયમાં આવી લીવર અને બરોળ વાટે સ્વચ્છ થઇ લોહીમાં મળી જાય છે. નકામો પદાર્થ પેસાબ વાટે અને ગુદાવાટે બહાર આવે છે. આ રીતે શરીર પોતાનું કામ કરે છે.

પ્રકરણ ૯ મું.

તાવ.

શરીરની અંદર કચરો ભેગો થાય, એટલે શરીરના ધાતુઓનો મળ વધવાથી તે કોપે છે. તે બગડેલા પદાર્થોને બહાર કાઢતી વખતે પરિપકવ કરી જે ક્રિયા થાય છે. તેમાંથી ઉદ્ભવતિ ગરમી તે તાવ છે. શરીરની સાધારણ ગરમી વધી અને ઉપર જાય તે સ્થિતિને તાવ કહે છે. તાવની અંદર શરિરની કુદરતી ગરમી વધી જાય છે.

શરીરમાં ગરમીને કાબુમાં રાખવાનું મગજમાં એક કેન્દ્ર છે. તે વડે ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે. તેનેા વ્યય થાય છે, અને તેને નિયમમાં રખાય છે. શરિરના દરેક ભાગની અંદર અમુક ક્રિયા એાકસીજન પુરેા પાડવાની ચાલી રહેલી હેાય છે, અને તેથી ત્યાં ગરમી પેદા થાય છે. માંસના લેાચા અને શરીરના રસપિંડેા ગરમી ઉત્પન્ન થવામાં ખાસ ભાગ ભજવે છે. મગજની અંદર રહેલુ કેન્દ્ર બરડાની કરેાડમાં અને પાછળના મગજના ભાગમાં હેાય છે. શરીરની ગરમી ચામડીદ્વારા એાછી થાય છે. ફેફસાંથી પણ ગરમી બહાર આવે છે.

તાવ ઘણાં પ્રકારના હેાય છે, પરંતુ તેમાં ખાસ કરીને ચેપ લાગેલેા હેાવેા જોઈએ, તાવના જંતુએા શરીરમાં દાખલ થયાં હેાવા જોઇએ. અનેક મગજમાં જે ઉષ્ણુતા નિયામક કેન્દ્ર છે, તેના ઉપર અસર થવી જોઇએ. લાંબા વખતનેા તાવ શરીરના દરેક અવયવમાં અમૂક ફેરફાર કરે છે, શરીરને ગાળી કૃષ બનાવે છે, શરીરના રસ બધાં એાછાં થઈ જાય છે.

ખાસ કરીને પેસાબ એાછેા આવે છે. તેનેા રંગ સ્હેજ કાળાશ પડતેા હેાય છે. લેાહીના ક્ષાર એાછાં થાય છે અને લાલ પદાર્થ એાછેા થઈ, શરીરમાં પાંડુતા આવે છે. મેાટા કરતા બાળકેામાં તાવ વધારે અસર છે કરે છે, તેથી કરીને મેાટા માણસેામાં ચિન્હ પણ સખત હેાય છે. કેટલીક વખત તાણ, બેહેાશતા અને મુંઝારેા, થઈ આવે છે.

તાવની અંદર શરીરની ગરમી વધે છે. સાધારણ શરીરની ગરમી અઠાણુંથી નવાણું, (૯૮ થી ૯૯·૫) હેાય છે અને તેની નીચે જાય, તેા સારી નિશાની ન ગણાય, સાધારણ તાવમાં ૯૯–૫ થી ૧૦૦–૫ સુધી ગરમી રહે છે. અને ૧૦૦–૫ થી ૧૦૧–૫ સુધી સાધારણ+ તાવ ગણાય છે. ૧૦૧–૫ થી ૧૦૩ સુધી તાવનું ખરૂં રૂપ ગણાય

+ જુએા પ્રકરણ છઠું "અકુદરતી ગરમી."

છે. ૧૦૩ થી ૧૦૫ સુધી અતિ તાવ ગણાય છે, ૧૦૫ ઉપરનો તાવ હદ ઉપરાંત ગણાય છે, તે વખતે દરેક દરદી બેભાન થઇ જાય છે:

તાવ એક વખત ચડયા પછી અમુક મુદત સુધી ઉતરે નહિ, અને સવાર સાંજ માપમાં એકાદ ડીગ્રીનો ફેર રહે તેને ચાલુ તાવ* કહે છે. કેટલાક તેને તરીયો અથવા રોજંદો તાવ કહે છે, એટલે આ તાવમાં શરીરની ગરમી હંમેશાં કુદરતી ગરમીના ઉપર રહે છે.

બીજી જાતના તાવમાં એક વખત તાવ ચડયા પછી અમૂક મુદત સુધી તાવ ઉતરતો નથી, પરંતુ સવાર અને સાંજના માપમાં બે ડીગ્રી કરતાં વધારે ફરક રહે છે. આવી જાતના તાવને "રીમીટંટ ફીવર" કહે છે.+

ત્રીજી જાતના તાવમાં એક વખત તાવ ચડયા પછી ચોવીસ કલાકની અંદર એક વખત તાવ બીલકુલ ઉતરી જાય છે.× આ જાતનો તાવ ખાસ કરીને મેલેરીયામાં આવે છે. એક તાવ એવો હોય છે, કે તે બપોરે બાર વાગે આવી રાત્રે ઉતરી જાય છે. તે તાવ ક્ષયમાં આવે છે.

તાવમાં પ્રથમ શરીરમાં નબળાઈ જેવું લાગે છે અને પછી તરશ લાગી ભૂખ ઓછી થઇ જાય છે, ચામડી ઉપર બળતરા થાય છે, જીભ સુકી પડી તેના ઉપર મેલ જામે છે, પાચન શક્તિ ઓછી થઈ જાય છે, કબજીયાત રહે છે અને પેસાબ ઘેરા રંગનો ઓછો આવે છે. તાવ વધે તો માનસિક ચિન્હ પણ જણાય છે, બેહોશતા પણ આવે છે, નાડી અને શ્વાસોશ્વાસ વધી જાય છે ને લાંબા વખતના તાવમાં શરીર સુકાઈ વજન ઘટે છે. પ્રથમ ઉંઘ ઉડી જાય છે, બેચેની આવે છે, વાંસો દુખે છે અને થાક લાગ્યો હોય તેમ

---

* Continuous.

\+ Remittant Type as in 3rd week of Typhoid.

× Intermittant.

જણાય છે. ત્યારબાદ તાવ ધીરેધીરે ચડે છે, છેવટની હદ સુધી તાવ જાય છે, શરૂઆતમાં ટાઢ પણ વાય છે અને તાવ ચડયા પછી અમુક મુદત સુધી તેટલો રહે છે, ત્યારબાદ તાવ ઉતરવા માંડે છે. કોઈને તાવ એકદમ ઉતરી જાય છે અને કોઇને ધીરેધીરે ઉતરી જાય છે. તાવ ઉતર્યા પછી નબળાઇ આવે છે. કુદરત તાવને ઉતારવા માટે માથાનો દુખાવો, થાક લાગવો તે, એવાં ચિન્હો ઉત્પન્ન કરી, અને દરદીને આરામ આપવાની સુચના આપે છે, એટલે દરેક તાવમાં દરદીને પ્રથમ આરામ આપવો. દરદીને ભૂખ ઓછી થઈ ગએલી હોવાથી ખોરાક બંધ કરી દેવો, અને તે તાવને અટકાવવાનું બીજું પગથિયું છે. તરશ બહુજ લાગે છે, માટે પીવાને પ્રવાહી પદાર્થો આપવાથી શરીરનો કચરો નીકળી જશે. અને ઠંડકની અસર પણ થશે, માટે તાવમાં પાણીનો પ્રયોગ પ્રથમ કરવો. તાવવાળા દરદીને માટે સ્વચ્છતાની ખાસ જરૂર છે. યોગ્ય ખોરાક, શુદ્ધ જળ, ઉંઘ, આરામ અને સ્વચ્છ કપડાંની જરૂર છે.

તાવવાળા દરદીને એક ઓરડામાં સુવાડવો, ઓરડાની અંદર હવા અને પ્રકાશ આવવાં જોઇએ, ધુમાડો અગર ખડખડાટ થવા દેવો નહિ. દરેક પ્રકારનું ફરનિચર કાઢી નાંખવું. એક ખાટલો, ટેબલ, આરામ ખુરસી અને પડદો, એટલા વાના રાખવાં. પથારી લોખંડના ખાટલા ઉપર કરવી, ખાટલો સારી સપ્રીંગવાળો જોઇએ. પ્રથમ એકવડી ×ગાદડી પાથરવી, અને તેના ઉપર કામળો પાથરી, ઓછાડવો. પથારી ઉપર એકબે ઓશીંકા રાખવા. દરદીને સુવાડયા પછી ઓઢવાને માટે કામળા વિગેરે રાખવા. તે પ્રમાણે કર્યા પછી દરદીને તાવ ઉતારવા વાદળીવડે પાણીનું સ્નાન કરાવવું. ખાટલા ઉપર રબરની ચાદર ઓછાડવી. તેના ઉપર કપડાંની ચાદર ઓછાડવી. પછી દરદીને કપડા વિનાનો કરી, તેના ચ્હેરા ઉપર અને ડોક ઉપર ૬૫ ડીગ્રી

× Mattress.

ગરમીવાળા પાણીમાં ભીંજવેલ કપડું ફેરવવું; પછી છાતી ઉપર, હાથ ઉપર, પેટ ઉપર, અને પગ ઉપર ફેરવવું. વાદળી પાણીમાં બોળી ધીરેધીરે શરીર ઉપર ફેરવવી, હાથથી શરીરને ઘસતાં જવું. શરીરનો આગળનો ભાગ ધોયા પછી પાછળના ભાગને વાદળીવડે પાણીથી શરીર ધોવું. આખું શરિર વાદળીવડે ધોયા પછી ટુવાલથી કોરૂં કરી નાંખવું. અર્ધા કલાકની અંદર આ બધું પૂર્ણ કરી, દરદીને એક ચાદરમાં લપેટી ઓઢાડી સુવાડી દેવો, પગની પાસે ગરમ પાણીની થેલી મુકવી.

બહુ ટાઢ વાય તો દરદીને ગરમ કામળો ઓઢાડી પગ પાસે ગરમ પાણીની થેલી મુકવી, ગરમમાં ગરમ પીવાય તેવું પ્રવાહી પીવા આપવું. વાંસો દુખતો હોય તો વાંસામાં દારૂ મસળવો× ઉંઘ લાવવા માટે પગને ગરમ પાણીમાં બોળી રાખવા. પંદર મિનિટ સુધી, ગરમ પાણીમાં બોળેલી વાદળી, બરડાની કરોડ ઉપર ફેરવવી અને પછી જરા ગરમ દૂધ પીવા માટે આપવું. ઓરડામાંથી બત્તી બંધ કરી, દરદીને સુવાડી દેવો, જરૂર પડે, તો ×વિરોનલ અગર સલ્ફોનલ પંદર ગ્રેન સુધી આપવું અથવા ૨૦ ગ્રેન કલોરોલ હાઇડ્રેટ આપવું, એટલે ઉંઘ આવી જશે. માથું દુખતું હોય ત્યારે માથા ઉપર ઠંડક લગાડવી.

× **દારૂને ઠેકાણે** આ વખતે સુંઠનો ભૂકો અને કપુર મેળવી ઘસવું.

×· **ઉંઘ લાવવા માટે** ઘોડાની લાળ આંખમાં આંજવી. જાતિફલાદિ ચૂર્ણ ૦)=થી ૦૧ ભાર આપવું. પીપરીમુળનું ચૂર્ણ વા. ૨ થી ૪ ગોળ સાથે આપવું. જાયફળ અને આંબળાંને પાણીમાં ઘસીને આંખમાં આંજવા. ખોરાસાની અજમાનું ચૂર્ણ વાલ ૧થી ૨ ગોળમાં આપવું.

× Sodium Vironal :or Sulphonal or Chlorel hydrate in Milk.

અગર એકાદ જુલાબ દઈ દેવો. કબજીયાતના માટે પીવાની દવા સાથે દસ્ત સાફ આવે તેવું નાખવામાં આવવું જોઈએ. ઉલટીના માટે પેટ ઉપર ગરમ પાણીની થેલી મૂકવી અને રાઇની પોટીસ પેટ ઉપર લગાડવી,× ગુદા વાટે ગરમ મીઠાના પાણીની પિચકારી મારવાથી ઉલટી બંધ થઈ જાય છે, કેટલીક વખત ઉલટી આંતરડામાં ગાંઠ પડવાથી થાય છે, તેવા વખતે ઉલટી મટતી નથી. તાવમાં દરદીનું મોઢું અને દાંત હમેશાં દિવસમાં બે વખત સાફ કરવાં. ખાધા પહેલાં મોઢું સાફ કરી ખોરાક લેવો, ખાધા પછી પણ મોઢું સાફ કરી નાંખવું. નાકમાંથી લોહી નીકળે, તો નાક, કપાળ અને ડોક ઉપર ઠંડક લગાડવી. તાવની અંદર ખોરાકમાં દૂધ, સાબુચોખાની કાંજી, દાળનું પાણી અને ભાત રાખવાં. દવામાં ફીનાસીટીન, એન્ટીપાયરીન, એન્ટીફેબ્રીન, વિગેરે પાંચથી દસ ગ્રેન સુધી આપવાં. આ રીતે કરવાથી તાવ ઉતરી જશે. તાવનું માપ લેવા માટે જુદીજુદી જાતના ફોર્મ આવે છે, તે વાપરવાં.

પ્રકરણ ૧૦ મું.

ચેપી રોગોની સારવાર.

ચેપી રોગોનો અટકાવ કરી શકાય છે અને સેવિકાનો આવા અટકાવથી દરદીની જીંદગી બચાવવામાં ખાસ ધર્મ છે; તેથી કરીને સેવિકાએ ચેપી રોગોના કારણો જાણવા જોઈએ; તેમજ દરદ કેમ ફેલાય છે અને કેમ અટકાવી શકય તે પણ જાણવું જોઇએ.

ચેપી દરદ એટલે એક માણસથી બીજા માણસ ઉપર ચેપ જઈ શકે, ખરેખરા સંબંધમાં આવવાથી દરદ ફેલાય અને થાય. આ

× ઉલટી બંધ કરવા માટે લોબાનનાં ફુલ, લોબાનના ધૂંમાડાનું પાણી, ખાટા લીંબુની છાલની રાખ, નેતરની રાખ કે, શુચની રાખ પાણીમાં આપવી.

દરદ હવા, કપડાં, દરદીની વસ્તુઓ અને દરદી માર્ફત ફેલાય છે. ખસ, રતવા, દાદર, ગરમી, પ્રમેહ અને નઠારાં ચાંદાઓ દરદીના સહવાસ વડે ફેલાય છે. કેટલાંક દરદો હવા માર્ફતે અને બીજી રીતે ફેલાય છે. ઉંટાટીયો, ઈન્ફ્લ્યુએંઝા, બાળકનો પક્ષાઘાત, ડીપ્થેરીઅ, મગજનો સોજો, ક્ષય, ત્રીદોષ અને ટાઈફોઇડ નામના તાવ એ ચેપી રોગો છે. આ દરદો ખાસ કરીને દરદીના સહવાસમાં આવતાં લોકોમાં ફેલાય છે. તેના જંતુઓ દરદીની મારફતે બીજાઓમાં દાખલ થાય છે, પરંતુ ખાસ ચેપી દરદીના જંતુઓ બીજી વસ્તુઓની માર્ફતે પણ ફેલાય છે. માંખો વિગેરે આ દરદને ફેલાવે છે. મચ્છરો, જુ, માંકડ વિગેરે દરદને ફેલાવે છે. કેટલીક વખત અમુક માણસમાં અમુક પ્રકારના જંતુઓ રહેલાં હોય છે, અને તેથી તે જેના જેના સમૂહમાં આવે છે ત્યાં ત્યાં તે દરદના જંતુઓને ફેલાવે છે. આ રીતે જો કે તેઓ બિમાર નથી હોતા પરંતુ બિમારીને બીજામાં ફેલાવે છે. ઘણાં લોકોની અંદર ત્રીદોષ અને ડીપ્થેરીઆના જંતુઓ હોય છે. દરેક ચામડીના દરદો ચેપી હોય છે. ચેપી રોગોની અંદર ચાર વિભાગ હોય છે. પ્રથમ દરદના જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થઈ હુમલો કરે છે અને શરીરને દરદના અનૂકુળ બનાવે છે, પછી બીજા વિભાગમાં શરીર ઉપર દરદ ફુટી નીકળે છે અને ત્રીજા વિભાગમાં શરીર ઉપર ફુટી નીકળેલ દાણા અદ્રશ્ય થાય છે, ચોથા વિભાગમાં દરદ મટી દરદી સાજો થાય છે.

દરદીના શરીરમાં જંતુઓ દાખલ થયા પછી પ્રથમ ચિન્હ જણાય+ ત્યાં સુધીની મુદતમાં દરદી બેચેન રહે છે. જે દરદમાં શરીર ઉપર ખાસ દાણા નીકળે છે તે દરદના જંતુઓ દરેક દરદ પરત્વે જુદા હોય છે, તેથી તે દાણાઓની ખાસિયત જુદી હોય છે. ટુંક મુદતમાં કેટલાક દરદોમાં દાણા પણ નીકળે છે. પ્રથમ શરદી થઈ સાધારણ ઉધરસ અને તાવ આવે છે. ઉલટી અને તાણ નાના બાળકોમાં

+ Period of incubation—

ખચીત આવે છે અને પછી શરીર ઉપર દાણા ધીરે ધીરે દેખાવા માંડે છે. અમુક મુદત પછી આ દાણાઓ ખરી પડે છે અને દરદ શાંત પાડે છે. આ ચેપી રોગમાં ખાસ દવા કરતાં સારવાર ઉપયોગી છે. સેવિકાએ આવા ચેપી રોગના ચિન્હો જાણવા જોઇએ, કે જેથી કરીને તે દરદને પિછાણી શકે. તેણે દરદીને જુદો રાખવો અને દરદનો ફેલાવ ન થાય, તેવાં પગલાં લેવાં. જયારે જયારે ચેપી દરદ જણાય, ત્યારે દરદીને અલગ રાખવો અને બીજાં માણસોને તેના સહવાસમાં આવવા દેવા નહિં. સેવીકાએ પોતે આવા દરદમાં ખૂબ સ્વચ્છ રહી, સાવચેતી રાખવી. દરદીનો ઓરડો પ્રથમ જણાવ્યા પ્રમાણે તૈયાર કરવો. ખાટલા ઉપર ગાદલાં અગર જાડી જાજમ વિના ફક્ત કામળો પાથરવો અને તેના ઉપર ઓછાડ ઓછાડવો. દરદીના માટે જે જે વાપરવામાં આવે, તે સઘળું જંતુરહિત કરવું. ખોરાકમાં દૂધ રાખવું. પાછળના પ્રકરણોમાં બતાવ્યા પ્રમાણે ઓરડો પણ જંતુરહિત બનાવવો.

†**મીઝલ્સ**:—આ દરદમાં દરદીને ઉધરસ સાથે તાવ આવે છે અને શરીર ઉપર દાણા નીકળે છે. આ દરદમાં નાક, આંખો અને શ્વાસ-નળીમાં પણ દાણા નીકળે છે. શરૂઆતમાં તે બહુજ ચેપી હોય છે. ચેપ લાગ્યા પછી દરદી દસમા દિવસે બિમાર થાય છે અને શરદી જેવું જણાઈને છીંકો આવે છે. નાક અને આંખોમાંથી પાણી પડે છે. ઉધરસ સાથે તાવ આવે છે. નાના બાળકોમાં ઉલટી સાથે તાણ પણ આવે છે. બે ત્રણ દિવસ પછી શરીર ઉપર દાણા દેખાવવા માંડે છે. પ્રથમ મોઢામાં અને ગાલના અંદરના ભાગમાં આ દાણા નીકળે છે, તે દાણાઓ લાલ હોય છે, ભૂખરો ઝાંખો, દાણાની મધ્યમાં ડાઘ હોય છે. પછી દાણાઓ ચ્હેરા ઉપર નીકળે છે અને ત્યાંથી આખા શરિર ઉપર ફેલાય છે. દાણાઓ નજરે દેખાય તે પહેલાં ચા-મડી ઉપર આંગળીઓ ફેરવીએ તો દાણાની ખબર પડે છે, જાણે

---

† Measlse or Morbili—

કાંઇક ઝીણું ઝીણું આંગળી નિચે દબાતું હોય, તેમ માલુમ પડે છે. ચ્હેરા ઉપર સોજો પણ આવે છે અને પ્રકાશમાં આંખને દુઃખાવો થાય છે. ઉધરસ પણ આવે છે. દાણા બેથી પાંચ દિવસ રહી ખરવા માંડે છે. એકથી બે અઠવાડીયામાં બધા દાણા ખરી પડે છે. આ દરદ જો કે ગંભીર નથી છતાં પણ જો ન્યુમોનીઆ થઈ જાય, તો ખરાબ પરિણામ આવે છે. જે લોકોને આ દરદ એક વખત થયું હોય, તે લોકો આવા દરદીના સંબંધમાં છુટથી આવી શકે છે, પરંતુ જે લોકોને દરદ ન થયું હોય, તેવાં લોકોએ આવવું જોઈએ નહિ. જ્યાં સુધી તાવ ન ઉતરે ત્યાંસુધી દરદીને ખોરાક હલકો દેવો, ઓરડો ઠંડો રાખવો, મોઢું અને આંખો ચોકખા રાખવાં, આંખો અને કાનની આ દરદમાં ખાસ સંભાળ રાખવી, દરદી સાજો થયા પછી તેની દરેક વસ્તુ જંતુ રહિત બનાવવી.

માતાને મળતું એક બીજું દરદ થાય છે, પરંતુ માતાના જેટલું સખત હોતું નથી, તેને German Measles અથવા Rothen કહે છે.

રાતો તાવ=સ્કારલેટ ફીવર—Scarlet fever.

આ તાવ ચેપી હોય છે અને તેના ચિન્હો એકદમ જણાય છે. શરૂઆતમાં ઉલટી અને તાવ જણાય છે. અને તુરતજ લાલ ચકચકિત દાણા આખા શરીર ઉપર દેખાય છે. પ્રથમનું ચિન્હ ઉલટી હોય છે અને માથું દુઃખી એકદમ સખત તાવ આવે છે. ચોવીસ કલાકની અંદર ડોક ઉપર દાણા જણાય છે અને પછી છાતી ઉપર દેખાય છે. છેવટે આખા શરીર ઉપર દાણા પ્રસરી જાય છે. દાણા ચકચકિત લાલ હોય છે. એટલા બધા ઘટ પથરાએલા હોય છે, કે બે દાણાની વચમાં બીલકુલ જગ્યા રહેતી નથી. નાક અને મોઢાની કોર ઉપર ફિકાશ જણાય છે. ગાલ ઉપર લાલાશ ચળકે છે. આથી કરીને ચ્હેરાનો ખાસ દેખાવ જણાય છે. ચામડી ઉપર દાણા જણાય તે પહેલાં કેટલીક વખત જીભ ઉપર દાણા જણાય છે અને તેના ઉપર ધોળો મેલ

જામેલો હોય છે. જીભ ઉપર વચમાં વચમાં લાલ દાણા દેખાય છે. ડોકની ગ્રંથીઓ મોટી થાય છે, તાવ ૧૦૩ ઉપર રહે છે, બે ત્રણ દિવસ દાણા રહ્યા પછી કરમાવા માંડે છે. તેના ઉપરથી પાતળી ફોતરી ઉખડી જાય છે. ગળામાં સોજો આવી ઉધરસ આવે છે. નાકમાંથી મેલ પડે છે, અને તે વડે ચેપ ફેલાય છે. આ દરદની અંદર હૃદય અને ગુરદા, સંધીવાના જેવાં સૂઝેલા, સાધાં અને કાન નું ગુંમડું એ મુખ્ય હોય છે, ડોકની ગાંઠો સૂઝી આવી પાકે છે. આ દરદ ચેપી હોવાથી સ્વચ્છતાના નિયમો ખૂબ જાળવવા. કોઇપણ વસ્તુ સ્વચ્છ કર્યા વિના ઓરડાની બહાર લઈ જવી નહિ.

દરદ છથી આઠ અઠવાડીઆ ચાલે છે. સેવિકાએ આ દરદમાં પ્રવાહી ખોરાક તાવ હોય ત્યાંસુધી આપવો અને વાદળીથી તાવ ઓછો કરવા સ્નાન કરાવવું. ૧૦૩ ઉપર તાવ જાય, તો શિતળ જળ વડે વાદળીથી સ્નાન કરાવવું. પાણીની અંદર થોડા સોડા નાખવાં, દાણા ખરવા મંડે તે વખતે વેસીલાઇન* લગાડવું. આથી ચળ ઓછી આવશે દરદીને ખાટલામાં બેથી ત્રણ અઠવાડીયાં ગરમ રાખવો અને સંપૂર્ણ આરામ આપવો, નહિ તો હૃદય અને ગુર્દાનું દરદ થઈ આવે છે. દરદીનો પેસાબ તપાસવો, પેસાબ ઓછો અને કાળાશ પડતો આવે, તો ગુર્દાનું દરદ થયું છે, તેમ સમજવું.

ઓરી=ચિકન પોકસ. Chicken-Pox Varicilla

આ દરદમાં બાળકને માથું દુઃખી તાવ આવે છે અને કોઈ વખત ઉલટી પણ થાય છે, લાલ દાણા શરીર ઉપર નીકળે છે અને તરત ઝીણી ઝીણી વારીકાઓ થઈ, સુકાવા માંડે છે. ફોતરી ઉખડી જવાથી નીચે તંદુરસ્ત ચામડી આવે છે. આ દાણા અમુક ઝુમખાંમાં

---

* વેસીલાઈનને બદલે આ ઠેકાણે મીણ, તેલ અને શંખજીરૂં મેળવી લગાડવું.

થાય છે, આખમાં લાલાશ અને સ્હેજ ઉધરસ પણ હોય છે. આ દરદમાં સારવારની જરૂર કાંઇક ઓછી હોય છે.

ગાલપીંચુરીયું=મમ્પસ-Mumps.

આ દરદમાં ગાલની બંન્ને બાજુએ આવેલાં લાળને ઉત્પન્ન કરનારી ગ્રંથીઓ+ એક અથવા બંન્ને બાજુ સુઝી આવે છે. તાવ આવે છે. આ વખતે દરદીને સૂઝેલા ભાગ ઉપર આઇડીન† લગાડવું અને એક સાદો જુલાબ આપવો.

ડીપ્થેરીઆ. Diphtheria.

આ દરદમાં ગળુ સૂઝી આવે છે. ઉલટી અને ટાઢ વાય છે. તાવ બહુ હોતો નથી. પણ નાડી એકદમ જોરથી ચાલે છે. દરદીને બહુજ અશકતી આવે છે. તપાસ કરતાં ગળામાં ચાંદીની ઉપર ધોળું અસ્તર હોય છે. આ અસ્તર ઉખડી જાય છે. તેમાંથી આ દરદનો સીરમ બનાવવામાં આવે છે. તેની પિચકારી મારવાથી આ દરદ મટી જાય છે-Anti-Diphtheric Symen.

ઉંટાટીઓ=મોટી ઉધરસ. Whooping cough.

આ દરદમાં બાળકને ગરમાવો આપવો.

માતા=×સ્મોલપોકસઃ-Variola-small pox.

આ દરદમાં **પ્રથમ** કઠણ દાણા નીકળે છે. તે દાણા ચામડીની ઉપર મોટાં મોટાં જણાય છે. પછી તે નરમ થઇ પાણી ભરાય છે; અને પછી પરૂ થાય છે. આ દરદમાં તાવ ૧૦૫ થી ૧૦૬ ડીગ્રી આવે છે. દાણા પ્રથમ કપાળ ઉપર અને કાંડા ઉપર જણાય છે. અને પછી આખા શરીરમાં પ્રસરે છે. આ દરદ ઘણુંજ ચેપી હોય છે, માટે આમાં ખાસ સારવારની જરૂર પડે છે.

+ Vaccinia × Parotid Glands

†ટી. આયોડીનની બદલીમાં આ ઠેકાણે મીઠાને પાણીમાં વાટી બરાબર ચીકણું કરી લગાડવું.

આ બધાં ચેપી દરદોની સારવાર ખાસ કાળજીથી કરવી, કારણ કે જો સ્વચ્છતાના નિયમો ન જળવાય, તો દરદીને નુકસાન થઇ ચેપ ફેલાવાનો ભય રહે છે. હિંદુસ્તાનમાં આ દરદોની ખાસ સારવાર કરવામાં આવતી નથી. આ દરદમાં દવા કરવા માટે અમે કહેતા નથી, પરંતુ તે ચેપી રોગની સારવાર શાસ્ત્રીય રીતે કરવાનો આગ્રહ કરીએ છીએ. સ્વચ્છતાના નિયમો જાળવી, દરદીને આરામમાં શાન્તીથી રાખવો અને તેના ખોરાકના નિયમો જાળવવા, એ આ સારવારનો મુખ્ય હેતુ હોય છે. સારવારથી બીજાં દરદો થતા નથી, માટે દરેક સારવાર તો ખાસ કરાવવી જોઈએ.

હિંદુસ્તાન જેવા અજ્ઞાન મુલકની અંદર સારવાર કરનારા ઓછા મળે છે, પરંતુ જો આવાં પુસ્તકોદ્વારા લોકોને સમજાવવામાં આવે, તો તે અતિ મહત્ત્વનું છે.

પ્રકરણ ૧૧ મું.

સ્વછચ્તાના નિયમો.

તંદુરસ્તીની વિદ્યા આપણને દરદ અટકાયત કરવાનું શીખવે છે. દરદની અટકાયત કરવાના નિયમો પ્રમાણે ચાલવાથી અગમચેત લઈ શકાય છે. અને તેથી કરીને દરદ અટકાવવાના માટે સાવચેતીના સઘળા ઈલાજો ઘણા જુના વખતથી લેવામાં આવે છે. પૂર્વે ઉપદ્રવો વધી જવાથી હિમાલયમાં રૂષિ મુનીયોની એક મોટી સભા થઈ હતી, તેમાં દરદને અટકાવવાના ઇલાજો અને ફેલાયેલ દરદને હાંકી કાઢવાના ઈલાજો તરફ ધ્યાન વધારે અપાયું હતું. બાઈબલની અંદર પણ દરદીની સારવાર વિષે ભગવાન ઈસુ ખ્રિસ્તે પોતે જાતેજ ધ્યાન આપ્યું છે. પત્ત જેવા દરદોને સારવાર કરવા માટે ઘણી ક્રિશ્ચયન બાઇઓએ પણ મહેનત ઉઠાવી છે. એટલે દરદનો ઇલાજ કરવા કરતાં, તેની અટકાયતનો પ્રયાસ વિશેષ ભૂતકાળમાં થએલો જણાય છે.

ચાલુ જમાનામાં સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર અને જંતુઓની વિદ્યાની શોધખોળથી શાસ્ત્રીય રીતે દરદો અટકાવવાને માટે ખાસ પ્રયત્નો થાય છે. જંતુઓનો અભ્યાસ કર્યા પછી એમ માનવાને કારણ મળ્યું છે, કે જંતુઓના નાશ વડે દરદને અટકાવી શકાય છે. જંતુઓનો નાશ શી રીતે કરવો, એ આ વિદ્યાનો મુખ્ય હેતુ છે. શાસ્ત્રીય રીતે દરદને અટકાવવાના નિયમોથી પ્રથમ જે દરદો સાધારણ રીતે ફેલાયેલા હતા, તેનો સદંતર રીતે નાશ થએલો છે અને ઘણાં જીવલેણ દરદો નરમ પડી ગયા છે. જંતુઓ એટલાં બધાં ઝીણાં હોય છે, કે તેને નરી આંખે જોઈ શકાતા નથી અને તેથી કરીને અમુક જંતુઓ ખાસ ઈલાજ લીધા સિવાય જતાં નથી.

માતાના દરદમાં એક હજાર વર્ષ પહેલાં એટલો બધો બીગાડો હતો તે હાલ નથી. તેનું કારણ એ છે, કે માતાની રસી મૂકવામાં આવે છે. જે મનુષ્યો ઉપર માતાની રસી મૂકવામાં આવે છે, તેઓ આ ગંભીર દરદમાંથી બચી જાય છે. પીળા તાવની અંદર મચ્છર માર્ફતે ચેપ દાખલ થએલો હોય છે, તેથી કરીને મચ્છર ઓછાં થવાથી આ દરદ ફેલાતું અટકે છે. ક્ષય રોગમાં તેના જંતુઓ એટલા બધા જીવલેણ હોય છે કે ખાસ "સેનીટોરીયમ"ની સારવારથી ઘણા કેસો સારા થાય છે. "ડીપ્થેરીઆ," "ટાઇફોઈડ ફીવરમાં" પણ ખાસ ઈલાજો લેવામાં આવે છે. કેટલીક વખત અમુક જખમ શરીર ઉપર થાય છે, તેને રૂઝાતાં બહુજ વાર લાગે છે. તે વખતે જંતુઓનો નાશ કરે, તેવી દવા લગાડવાથી જલદી આરામ થાય છે. એટલે અમુક દવાઓ જંતુઓને મારવા માટે યોજાયેલી છે. તે પાછળના પ્રકરણોમાં આપેલી છે.

જંતુઓ જીવતા વનસ્પતિની દુનિયાના જીવ છે. તે એટલાં બધાં બારિક છે, કે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર વિના જોઈ શકાતાં નથી. વનસ્પતિનો ઝીણામાં ઝીણો આ જંતુ છે. તેઓ એકજ કોષના બનેલા

હોય છે. નાના જંતુઓ હલકી જાતના પ્રાણીઓના વર્ગના છે. કેટલાક જંતુઓ માણસના લોહી ઉપર પોતાનું પોષણ મેળવે છે. જે જંતુ-ઓથી દરદ થાય છે તે જંતુઓ વિષારી ગણાય છે. શરીરમાં દાખલ થયા પછી તેઓ વૃદ્ધિ પામે છે. તેમાંથી વિષ પેદા થાય છે તે વડે દરદ ઉત્પન્ન થાય છે. પ્રથમ આ વાતને કોઈ માનતું ન હતું, પરંતુ એક "ડચ્ચ"ના રહિશ દાક્તરે દાંતનો મેલ ઉખેડી સખત સૂક્ષ્મદર્શક કાચ નીચે મુકી લોકોને બતાવી આપ્યું કે દરદ થવામાં આ જંતુઓ મદદગાર છે અને ત્યારપછી ઘણા દાક્તરોએ આ શોધ આગળ વધારી. કેટલાક જંતુઓ એવા છે કે જેના દાખલ થવાથી સડો પેદા થાય છે અને કેટલાક જંતુઓથી અમૂક જાતની ઝેરી હવા પેદા થાય છે. કેટલાક જંતુઓને સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી તપાસતાં ગોળ દાણા જેવા દેખાય છે. તેને "કોકાઈ" કહે છે. આ દાણાઓ જો માળાની માફક એક હારમાં હોય, તો તેને સ્ટેપ્ટોકોકાઈ કહે છે અને દ્રાક્ષની માફક ઝુમખાબંધ જણાય તો તેને "સ્ટ્રેપ્ટીલો કોકાઇ" કહે છે. લાંબા લાંબા જણાય તો બેસીલાઈ કહે છે. આ જંતુઓ મોઢાવાટે, ફેફસાવાટે અને ચામડીવાટે, શરીરમાં દાખલ થાય છે.

દરદના કારણોમાં એક કારણ સિદ્ધિ રીતનું અને બીજું આડ-કતરી રીતનું છે. સિદ્ધી રીતના કારણમાં શરીરની સ્થિતિ એવા પ્રકારની થાય છે, કે દરદના હુમલાને માટે શરીર લાયક હોય, અને આડકતરી રીતે એવા સંયોગો ઉભા થાય, કે દરદ કોઈ બીજા કારણથી શરીરને લાગુ પડે. બાલ્યાવસ્થામાં પાચનક્રિયા સંબંધી દરદો વિશેષ થાય છે, અને ફેફસાંના તેમજ મગજના દરદો જણાય છે. યુવાવસ્થામાં ન્યુમોનીઆ ટાઈફોઇડ વિગેરે દરદો થાય છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં કેન્સર જેવા દરદો ઉત્પન્ન થાય છે. પુરૂષોને ન્યુમોનીઆ અને વાના દરદો થાય છે. સ્ત્રીઓને લોહીના અને મગજના દરદો વધારે થાય છે. કેટલીક ધંધાદારી જાતોમાં દરદો વધારે હોય છે. ઉનાળામાં કોલેરા થવાનો વધારે ભય રહે છે. એટલે ઉંમર, જાતી, ધંધો, હવા, રૂતુ,

વિગેરે ઉપર દરદનો આધાર રાખે છે. આવી રીતે દરદ થયા પછી તેને મટાડવા માટે દવાની જરૂર પડે છે, તેથી કરીને કેવી કેવી જાતની દવાઓ અપાય છે, તે સેવીકાએ જાણવાની જરૂર છે, દવા કઠણ, નરમ, પ્રવાહી અને હવારૂપે અપાય છે. ગોળીઓ, પડીકાં વિગેરે કઠણ દવા છે અને મલમ, પલાસ્ટર, મધ, વિગેરે નરમ દવા છે. પીવાની દવા પ્રવાહી આવે છે. સુંઘવાની દવા હવારૂપે હોય છે. મલમ, વેસેલાઇન, મીણ વિગેરેમાં બને છે અને તે લગાડવાના કામમાં આવે છે. ગુદાવાટે મૂકવાની સોગટી આવે છે. તે કોકમના તેલમાં બને છે. ટીંકચર, સીરપ, એકસ્ટ્રેકટ વિગેરે પ્રવાહી દવાઓ છે. દરેક બાટલી ઉપર બરોબર લેબલ લગાડવું. તે વાંચ્યા પછી દવા આપવી. બાટલીમાંથી દવા કાઢતી વખતે લેબલ ઉપર રાખવું. દવા બરોબર હલાવવી. અંધારામાં દવા આપવી નહિ. ચોળવાની દવા અને પીવાની દવા જુદી રાખવી. દવાના વાસણો ઢાંકેલા અને ઠંડકમાં રાખવાં. ઝેરી દવાઓ કબજામાં રાખવી. દવા મોઢાવાટે અપાય છે. કેટલીક દવા સુંઘવામાં આવે છે. "કલોરોફોર્મ" વગેરે ચામડી વાટે કેટલીક દવા મલમ અને ચોળવાના તેલના રૂપમાં અપાય છે. પિચકારી વાટે ચામડીની નિચે, રક્તવાહિની માર્ફતે અને માંસપેશીમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. તેના માટે ખાસ પિચકારીઓ આવે છે. ચામડીમાં દાખલ કરવાની સોય આવે છે. પિચકારીને પ્રથમ ગરમ પાણીમાં ઉકાળી નાખવી. પછી તેના ઉપર સોય ચડાવી, તૈયાર કરી એક બાજુ મૂકવી. શરીરમાં દાખલ કરવાની દવાને તેમાં લઇ અને મુકવી. ચામડીવાટે દાખલ કરવાની દવા હાથ ઉપર મૂકવી, નસવાટે તે દવા દાખલ કરવાની હોય, તો હાથ ઉપરની નસમાં મૂકી દેવી અને માંસપેશી વાટે મૂકવાની હોય, તો વાંસામાં અથવા કમરના પાછલા ભાગમાં મૂકવી. તેવી રીતે દવાઓ વપરાય છે. આંખમાં દવા ટીપારૂપે નખાય છે અને કાનમાં પણ ટીપાંરૂપે નંખાય છે.

દવાનું માપ.

૬૦ ટીપાનો ૧ ડ્રામ.	૬૦ ગ્રેનનો ૧ ડ્રામ,
૮ ડ્રામનો ૧ ઔંસ.	૮ ડ્રામનો ૧ ઔંસ.
૨૦ ઔંસનો ૧ પોઇન્ટ.	૧૬ ઔંસનો ૧ પૌંડ.
૧૬ ઔંસનો ૧ પાઉન્ડ.	ટી સ્પુનફુલ એટલે ૧ ડ્રામ.

ટેબલ સ્પુનફુલ એટલે ૪ ડ્રામ. વાઈન ગ્લાસફુલ=૨ ઔંસ

દવા માપવાના વાસણો આવે છે. તેને મીનીમેઝર, મેઝરગ્લાસ કહે છે. તેનાથી દવા માપવામાં આવે છે. બાળકોની સારવાર કરતી વખતે બાળકોનો વિશ્વાસ મેળવવો પડે છે. નહિ તો તે ગભરાઇ રડવા માંડે છે. તેના તરફ માયાળુતા બતાવી યુક્તિથી કામ લેવું જોઈએ. બાળકોની અંદર મુખ્ય ચિન્હ ગરમી, નાડી, અને શ્વાસોશ્વાસ મારફતે જાણી શકાય છે. સાધારણ હોજરી અગર આંતરડાની અંદર ફેરફાર થાય, તો બાળકોમાં ગરમી, નાડી, અને શ્વાસોશ્વાસ વધી જાય છે. અને પેટમાં શાંતી થતાં, તે ચિન્હો અદશ્ય થઈ જાય છે. કેટલાક ચિન્હો અમુક દરદની શરૂઆત વખતે બાળકોમાં ખાસ જણાય છે; તે સેવિકાએ ખાસ જાણવા જોઇએ. બાળકોમાં હોજરી એ એક સીધી થેલી જેવી હોય છે, તેથી ઉલટીનું ચિન્હ સાધારણ રહે છે. ઝાડા, એ બાળકોમાં બીજું ચિન્હ છે. સાધારણ રીતે બાળકને દિવસમાં બે વખત ત્રણ વરસની ઉંમર થતાં સુધી દસ્ત આવે છે અને ઝાડા નરમ અને પીળા થાય છે. બાળકને જો વધારે લીલા રંગના ચિકણા અથવા કાળા, અને કઠણ, અથવા નરમ ઝાડા થાય, તો આંતરડામાં દરદ હોવાનું જણાય છે. અતિશય ગરમીની અંદર બાળકને ઝાડા થઈ આવે છે, કારણકે તેની હોજરીમાં લીધેલો ખોરાક પચતો નથી. ઝાડાની અંદર દરેક પ્રકારનો ખોરાક દુધવાળો બંધ કરી દેવો. ફક્ત પાણી આપવું. તેલનો એક સાદો જુલાબ આપી દેવો. ઉલટી અને ઝાડા બંધ થયા પછી જવનું પાણી આપવું. ત્યારબાદ એક દિવસ

પછી ખેારાક આપવેા. બાળકેાને શરીર ઉપર દાણા નીકળે છે, તે ખેારાકની ભૂલ બતાવે છે. કેટલાક બાળકેાને જન્મતાં સાથેજ એવા દાણા હેાય છે; પરંતુ ખરજવું અને ચળ જેવા દરદેા તેા ખેારાક ભૂલભરેલેા છે, તેવું બતાવે છે. બાળકેાની ચામડી બહુજ મુલાયમ હેાય છે, તેથી સાધારણ ફેરફાર ચામડી ઉપર ફુટી નીકળે છે. બાળકને હંમેશાં ગરમ પાણીથી નવરાવવું. અને દાણા ઉપર તેલ જેવેા પદાર્થ ચેાપડવેા, કે જેથી ચળ જેવું ના આવે. ગળાની અંદર બાળકને હરવખત વરમ જેવું થઈ આવે છે. તે દબાવવાથી અગર તેા ગળા ઉપર ઠંડક લગાડવાથી મટી આવે છે. ઘણાં તેને ગળું પડવું, એવા નામથી એાળખે છે અને મેાઢામાં આંગળી નંખાવે છે. તે રીત જોકે ભૂલ ભરેલી નથી, છતાં પણ સ્વચ્છતાના નિયમેા જાળવ્યા સિવાય મેલી અને લાંબા નખવાળી આંગળી નાખવાથી માઠા પરિણામેા આવે છે. માટે પ્રથમથી બાળકને શરદી લાગવા દેવી નહિ, કે જેથી ગળું પડવાનેા સંભવ રહે નહિ. ખરાબ ખેારાક અગર તેા વધારે પડતેા ખેારાક લેવાથી બાળકની હેાજરી ઉશ્કેરાઇ જાય છે અને હેાજરીનેા સેાજો ગળા સુધી આવે છે, તેવા વખતે બાળક ધાવતું અગર ખેારાક લેતું નથી, તેને ઉલટી થાય છે. આંતરડામાં સેાજો વધવાથી ઝાડા થઈ આવે છે. લાંબેા વખત આ ચિન્હ રહે તેા બાળક ગળવા માંડે છે. નબળું પડી જાય છે. માથામાં તાળવા ઉપર ખાડેા પડે છે અને બાળક ચિડિયું થઈ જાય છે. આ કારણ ગળું પડવાનું છે, ફક્ત આપણા લેાકેા સમજી શકતા નથી. પડી જવાથી ફક્ત આમ થાય છે, તેમ કહે છે. પડી જવાથી આઘાત લાગે અને હેાજરી ઉશ્કેરાઈ અને ઉપરના ચિન્હેા થાય છે ખરાં, પરન્તુ આ દરદનું મુળ કારણ હેાજરીમાં હેાવાથી ગળું કરાવવાથી મટતું નથી, માટે આ વખતે દરેક બાળકને એવેા અને એટલેા ખેારાક આપવેા, કે તેને હેાજરીમાં શાંતી થાય અને સેાજો ઉતરે. ઘણાં બાળકેા ખેારાકમાં ફેરફાર કર્યા વિના આવા દરદમાંથી સુધરતાં નથી અને

મરણ પામે છે, માટે નાના બાળકને ખોરાકની ખાસ સંભાળ રાખવી. નાના બાળકોને ચામડી ઉપર શરદી લાગી જાય છે. ઠંડા પવનમાં રાખેલ હોય તો તેને શરદી થઈ આવે છે, ને ગળામાં સોજો થઇ આવે છે. નાના બાળકોનું ગળું ઘણું નાજુક હોવાથી સ્હેજ સોજો આવતાં જંતુઓ એકદમ હુમલો કરે છે અને બાળક દરદનું ભોગ થાય છે, માટે ગળાની સંભાળ રાખવી.

પહેલાં બે વરસની અંદર બાળકને તાણ બહુજ આવે છે. જ્ઞાનતંતુઓ ઉશ્કેરાય એટલે એમ થાય છે અને આ જ્ઞાનતંતુઓ ઉશ્કેરાવાનું કારણ અપૂર્ણ પાચનમાંથી ઉત્પન્ન થએલ વિષ હોય છે. નાના બાળકને સુવાની સ્થિતિ ઉપરથી અમૂક દરદ પારખી શકાય છે. તાણ આવી ગયા પછી બાળકે પોતાના હાથ વાળેલા હોય છે અને ટુંટીઆ વારીને પડેલું હોય છે. જો બાળકની સ્થિતિ તંદુરસ્ત ન હોય, તો તેને બરોબર ઉંઘ આવતી નથી. ઠંડી હવામાં પણ પોતાના કપડાં ફેંકી દે છે. જો બાળક પોતાનું મોઢું ખુલું રાખી સુતું હોય, તો તેના ચોરીઆ આવી ગયેલાં હોય છે. જો પેટમાં દરદ થાય, તો આંખો મીચી રડે છે. બાળકનું રડવું કેટલાક દરદને બતાવી આપે છે. લાંબો વખત બાળક રૂએ, તો તેને કાનનો દુખાવો, ભૂખ અગર તરશ હોવી જોઈએ. માથામાં દુખતું હોય, તો એકદમ અમુક અમુક વખતે રૂવે છે. અને વચમાં રહી જાય છે. ત્રીદોષ, અને શૂળની અંદર ઉગ્રરસ આવતી વખતે રૂએ છે. દાંત આવતા હોય, ત્યારે બાળક સ્હેજ બિમાર થઈ જાય છે. તેની ભૂખ ઓછી થાય છે અને અજીર્ણ થઈ ઉલટી અને ઝાડા થાય છે. મોઢામાંથી પાણી પડે છે. કોઇ કોઈ વખત તાવ પણ આવી જાય છે. કોઈ પણ બિમારીની શરૂઆતમાં નાના બાળકને ગરમ પાણીની અંદર બેસાડવું. કોઈ પણ પ્રકારના દાણા શરીરમાં ફુટતાં હોય તો તેનાથી વધારે ફુટી નીકળશે. પાણીની ગરમી આશરે ૧૦૦ ડીગ્રી હોવી જોઈએ. તેમાં પાંચ મિનીટ રાખવું જોઇએ. પાણીની બહાર કાઢ્યા પછી કામળામાં વિંટાળી કોરૂં કરી

નાંખવું. બાળકને શરદીથી બચાવવું. હલકો ખોરાક આપી શાંતીમાં રાખવું. બીજા ચિન્હો માટે રાહ જોવી. બાળક કેમ સુએ છે, તે અને તેના શ્વાસોશ્વાસની રીત તેમજ તે શાંત છે કે ચિડિયું છે, તે જોવું. નાના બાળકોની ગરમી ગુદાવાટે માપવી, અને જરૂર જણાય ત્યાં નાડી પણ ગણવી. ઘણીજ ધીમી નાડી ખરાબ ચિહ્ન ગણાય છે. બાળકને દવા આપતી વખતે દવા બાળકના ગળામાં રેડવી. કે જેથી કરીને તે થુંકી શકે નહિ. પાણી જેવી દવા ચમચાથી રેડવી. બાળકનું મોઢું ખોલી જીભના પછવાડેના ભાગમાં દવા રેડવી. દવાની ભુકી હોય તો પાણીની સંધાથે આપવી. પાણી ઘણુંજ ઓછું લેવું, વધારે હોય તો ઉલટી થઇ જાય છે. બાળકને દવા ઠંડા પાણી કરતાં જરા નવશેકા પાણીમાં મેળવી આપવી. કેટલીક દવા એવી હોય છે કે બાળકને ખાસ ધ્યાનથી આપવી. અફીણવાળી બનાવટ કદી આપવી નહિ. બાળકને બનતાં સુધી દવામાં સરબત વાપરવું. દવા કરતાં પાણીનો પ્રયોગ બાળકને વધારે ઉપયોગી છે. તેથી કરીને બાળકનો તાવ ઉતરી બાળકને ઉંઘ આવે છે. ગરમ પાણી વડે નવરાવ્યાથી બાળકને પરસેવો છુટી શાંતી વળે છે. ઠંડા પાણીનું સ્નાન તાવ ઉતારી સ્ફુર્તિ આપે છે. પાણી અને દારૂ અડધો અડધ ભાગે મેળવી બાળકને વાદળી વડે નવરાવ્યાથી ઘણીજ શાંતી આપે છે. બાળકના માથા ઉપર ઠંડા પાણીનું પોતું મુકવું. બાળકને બહુ તાવ હોય, તો માથાના પછવાડેના ભાગમાં બરફની થેલી મૂકવી, પરંતુ તે બહુ વખત રાખવી નહિ. ગરમ અને ઉષ્ણ સ્નાન બાળકને ટબમાં બેસાડી આપવું, અથવા તો પાણીમાં બોળેલી ચાદર વિંટાળવી. સાધારણ ગરમ પાણીની ડીગ્રી ૯૦ સુધી રાખવી અને ગરમ પાણીની ૧૦૦ થી ૧૧૦ રાખવી. પાંચથી પંદર મિનિટ સુધી આ પાણીનો પ્રયોગ કરવો, ને બાળકને જો તાવ વધારે હોય, તો રાઇનું પાણી ચોપડવું. ત્રણ જાતના પ્રયોગો બાળકને માટે છે. ૭ ગેલન પાણીમાં અડધો શેર મીઠું નાખી, બાળકને નવરાવવું. અને પાણીની ગરમી ૧૦૦ ડીગ્રી રાખવી. પછી

બાળકને ૮૫ ડીગ્રીવાળા ભરેલા ઠંડા પાણીના ટબમાં બેસાડી, ઉપરનું ખારૂં પાણી રેડવું. બીજી રીતે સવા રૂપીઆભાર રાઇને ખાંડી ૧૦૫ ડીગ્રી ગરમ પાણીમાં નાખવી અને ત્રીજી રીત પાણીમાં સોડા નાખી, બાળકને નવરાવવું. મોટી ઉધરસ અને ફેફસાંના દરદમાં બાળકને વરાળવાળી હવામાં રાખવું. ખુરસી ઉપર બેસાડી બાળકને અને ખુરસીને ઢાંકી દઈ નિચેથી વરાળ આપવી. પાણીમાં બેન્ઝોઇક એસીડ નાંખવું. ગળુ દુઃખવા આવ્યું હોય તો ગળાની અંદર દવા લગાડવી. તાવ ઉતરવા માટે ઝાડા વાટે પિચકારી મૂકવી, તે ખાસ ઉપયોગી છે. ઝાડા વાટે પિચકારી બાળકને બહુજ કાળજીપૂર્વક આપવી. અડધા શેરથી વધુ પાણી ચડાવવું નહિ. નાના બાળકોમાં દરદો ખાસ કરીને આંતરડાના હોય છે, તેથી ખોરાકમાં ખાસ ધ્યાન રાખવું. આંતરડાના દરદમાં બાળકને ગરમ પાણી સિવાય બીજું કાંઇ આપવું નહિ. આંતરડાં ખાલી પડવાથી તાવ ઉતરી જશે, એટલે બાળકના આંતરડા અને હોજરી ખાલી રાખવા. તાવ ઉતારવાની દવા આપવી અને ચામડી ઉપર પાણીનો પ્રયોગ કરવો. તાવ ઉતારવાને માટે ઠંડુ અગર તો ગરમ પાણી વાપરી શકાય છે. બાળક ઉંઘી જાય એટલે ડાકટરને તપાસવા માટે બોલાવવા, એટલે કે તેની નાડી બરોબર જોઇ શકાય, બાકી નાની નાની તપાસ સેવિકાએ બાળકની બાબતમાં રાખવાની છે. બાળકને પોતાના સાથળ ઉપર સુવાડવાથી તેના પેટ અને છાતીની અંદર જોઈ શકાય છે. બાળકના મોઢાના દરદમાં બાળકનું મોઢું સાફ રાખવું. તેવા વખતમાં બાળકને એક સાદો જુલાબ આપી ખોરાક સુધારવો. દુધ પાવાની વસ્તુઓ સ્વચ્છ રાખવી. કોગળા કરવાની દવાથી મોઢું સાફ રાખવું. ગળુ આવી ગયું હોય ત્યારે ગળા ઉપર ઠંડા પાણીના પોતા મૂકવાં અને ગળામાં "ગ્લાઇકો થાયમોલીન" અગર રીસ્ટ્રાઈન લગાડવું.+ ગજવેલનો અરક પાણીમાં મેળવી બબ્બે

+રાત્રે પસીનો ખુબ થાય છે તેથી બાળક ઓઢેલું કાઢી નાખે છે.

કલાકે આપવેા. અજીર્ણ અને ઝાડામાં ખેારાક બંધ કરી ખાલી ગરમ પાણી આપવું. પેટ ઉપર ગરમ કપડું બાંધવું. તાણુ આવે તેા ખારા પાણીની પિચકારી ગુદા વાટે મૂકવી અને પાંચ મિનિટ સુધી રાઈના પાણીથી નવરાવી કેારૂં કરી, સુવાડી દેવું. બાળકની કબજીયાત ખેારાકને નિયમિત કરવાથી મટી જાય છે. પીવાને માટે પુષ્કળ પાણી આપવું, અને ઘઉંના થુલાની રાબ આપવી. બાળકને ગરમ પાણીમાં બેસાડવાથી દસ્ત થાય છે. બાળકને જુલાબ આપવેા નહિ. ઘી જેવેા ચિકણેા પદાર્થ આપવેા, પેટને ચેાળવાથી દસ્ત આવે છે. બાળકને રીકેટ જેવા દરદ થઇ ગળવા માંડે ત્યારે એમ સમજવું, કે તેને પુરતું પેાષણ મળતું નથી. બાળકનું પેટ અને માથું વધી જાય છે, બીજા ભાગ ગળી જાય છે. હાડકાં બેડેાળ બની જાય છે. ચામડી સૂકી અને કરચલીવાળી થાય છે, ઉંઘ બરેાબર આવતી નથી. ×આવા બાળકને ખેારાકનેા સુધારેા કરી હવા અને અજવાળામાં રાખવાં. ખેારાકમાં દૂધ, કાંજી અને ફળ વિશેષ આપવાં. બાળકને ગરમ રાખવું. પુષ્કળ હવા અજવાળું મળે તેમ કરવું. હંમેશાં તેને ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરાવવું. ઘી, ગેાળ, માખણ આપવું. ઓરી અને લાલ તાવમાંથી બાળકને ન્યુમેાનીઆ અને ઉધરસ થઇ આવે છે તે વખતે પેટ સાફ લાવી બાળકને ગરમ રાખવું. જરૂર પડતાં પાણીનેા પ્રયેાગ કરવેા. તેમની અંદર કપુર મેળવી શરીર ઉપર ઘસવું. ખેારાક પચે તેવેા આપવેા, દવા ડૅાકટરના હુકમ પ્રમાણે આપવી. "ક્રુપ" એટલે મેાટી ઉધરસમાં બાળકના ગળામાં અને શ્વાસની નળીમાં સેાજો આવે છે, તે ધીરે ધીરે આવે છે. પ્રથમ શરદીના જેવા ચિન્હ જણાય છે. બાળક રાતમાં એકદમ ગભરામણુ આવી બેઠું થાય છે, શ્વાસ ઘુંટાય છે, બાળક શ્વાસ બહુ ઉંડેા લે છે. અંદરથી ઘરેડ ઘરેડ અવાજ આવે છે. ઓરડાની અંદર પાણી

×ગળામાં જેઠીમધનેા શીરેા, બદામ, તપખીર મધમાં કાલવી લગાડવું અથવા મધ અને કપુર બરાબર મેળવી લગાડવાં.

ઉકાળી હવા વરાળવાળી કરવી. ઉલટી કરવા માટે દવા આપવી, એટલે "સીરપ ઈપીકાક" ૧ ડ્રામ આપવું.+ ગરમ પાણીથી નવરાવવું. ગળાની આસપાસ ગરમ પાણીનું પોતું મૂકવું. બાળકને ખૂબ ઢાંકી શાંતીથી સુવારી દેવું. વરાળ ભરવાના તંબુ આવે છે, તેનો ઉપયોગ કરવો. બાળકને શરદી લાગવા દેવી નહિ. કેટલાક બાળકની માંસપેશીઓમાં અમુક જાતનીx હિલચાલ થાય છે, તેવા બાળકને સોમલ આપવો. પેટની અંદર જીવાત પડવાથી લાંબા અળસ્યા જેવા અગર ઝીણા સગવગીઆ જેવાં જીવડાં ઝાડાવાટે બહાર આવે છે, તેનાથી દરદીને તાવ આવે છે, નાક ઉપર ચળ આવે છે અને પાચનક્રિયામાં ફેર પડવાથી ઉંઘ આવતી નથી. આવા બાળકને કેલો-મલની સાથે સેન્ટોનાઈન આપવું. દિવસમાં ઝાડાવાટે એકાદ વખત ખારા પાણીની પિચકારી મૂકવી.,* આથી ઝીણાં જંતુઓ નાશ પામશે. ગુદાની આસપાસ હલકો પારાનો મલમ લગાડવો, એટલે તેના ઈંડાંનો નાશ થઇ જાય છે. ચપટા જંતુઓ બાળકમાં હોતા નથી. ખોરાકમાં શી વસ્તુ આપવી, તે ખાસ ઉપયોગી છે. ખાસ કરીને બિમાર સ્થિતિમાં કેવો ખોરાક આપવો તે જાણવું આવશકય છે. સેવિકાનું ખાસ કામ માંદાને પોષણ આપવાનું છે, તેથી માંદાને કેવું પોષણ આપવું તે જાણવું જોઇએ. કેવો ખોરાક આપવો, તેનો નિર્ણય કરવો. એ જો કે દાક્તરનું કામ છે, છતાં પણ સેવિકાએ ખાસ જાણવું જોઇએ. દરદીને કઇ કઇ ચીજ પસંદ આવે છે તે જાણવું જોઈએ. દરદીના દેખતાં ખોરાક પકાવવો નહિ, તેમ તેની ગંધ પણ તેને જવા દેવી નહિ. દરદીના ઓરડામાં કોઇએ ખોરાક લેવો નહિ. પકાવેલો

+મીંઢોળનું ચૂર્ણ ૧ વાલથી બે વાલ અગર આકડાના મૂળનું ચૂર્ણ એક વાલથી બે વાલ અથવા ઉનું પાણી અને મીઠું મેળવી લેવાથી ઉલટી થશે.

× Mnscular Tremour.

* તેમાં પણ કોઇ કોઈ બાળકને તાણ આવે છે.

ખોરાક ગરમ આપવો અને બીજું ઠંડુ આપવું. ખોરાક સ્વાદિષ્ટ અને ઉંચી જાતનો આપવો. દરદીને જે ચીજ ન ભાવે તે આપવી નહિ, નિયમિત રીતે ખોરાક આપવો અને તેની નોંધ રાખવી.

રાતમાં ખોરાક આપવો નહિ. ખાટલામાં ખોરાક આપવાનો હોય ત્યારે બહુજ ધીમો ધીમો આપવો. પ્રવાહી ખોરાક આપવાને માટે ફીડીંગ કપ આવે છે, તેનાથી આપવો. બેભાન દરદીને પ્રવાહી ખોરાક આપવો. તાવમાં ખોરાક પ્રવાહી આપવો. મોઢું અને દાંતની સંભાળ રાખવી. કેટલાક બેહેરા દરદીને ગુદા વાટે ખોરાક આપવો પડે છે, તે માટે સાકર અને "આલબ્યુમીન વપરાય છે. મેંદો અને ઘી વાપરવું નહિ. દૂધ અને ઈંડાં ઘણી વખત વપરાય છે. કૉફી, દ્રાક્ષનો દારૂ, પીપટોન નાંખેલું દૂધ, ખારૂં પાણી વિગેરે અપાય છે. ગુદાવાટે પોષણની પિચકારી આપતાં પહેલાં ખારા પાણીની પિચકારી આપી, ગુદાનો મેલ ધોઇ નાખવો. પોષણની પિચકારીની ગરમી ૧૦૦ ડીગ્રી સુધીની રાખવી. અને પિચકારી આપ્યા પછી પાંગત ઉંચું રાખવું. આઠ ઔંસથી વધારે આપવું નહિ, અને દરેક ૭–૭ કલાકે આપવું.

નીચેની વસ્તુઓ પોષણ માટે ગુદાવાટે પિચકારીથી અપાય છે.

૧. બે ઈંડાની અંદરનો ધોળો પદાર્થ અને ૪–૬ ઔંસ પીપટોન નાંખેલું દૂધ એ સઘળું મેળવવી, અને દર ૭ કલાકે ગુદા વાટે આપવું.

૨. એક ઔંસ દુધ અને ૪ ઔંસ સાકરનું પાણી મેળવી આપવું.

૩. આઠ ઔંસ દૂધ, ત્રણ ઈંડાં અને મીઠું એક ડ્રામ મેળવી આપવું.

૪. કાળી કૉફી ચાર ઔંસ, વીસ્કી બે ઔંસ મેળવી આપવું, આથી ઉત્તેજન મળે છે.

મુખવાટે પોષણઃ—દુધની અંદર પેનક્રિયાટીક જ્યુસ નાંખવાથી દુધ પચવાને લાયક બને છે.+ તેની ટયુબો આવે છે, તે સવા-

---

+ દુધ પચાવવા માટે ગોરોચન ટંકે વાલ ૧ આપવું.

શેર દૂધમાં મેળવી દસથી વીસ કલાક ગરમ પાણી ઉપર રાખી મૂકાય છે. પછી ઠંડુ પાડી ઉપયોગમાં લેવાય છે. સ્વાદે થોડું કડવું લાગવાથી પોટૅવાઈન થોડો નાંખવો.

પીપટોનની ટયુબ તૈયાર ન હોય તો વીસ ગ્રેન પેપસીન અને પાંચ ગ્રેન પેનક્રિયાટીક નાંખવું. થોડો વખત આવા હલકા ખોરાક ઉપર રાખ્યા પછી બીજા ખોરાક ઉપર ચડાવવો. કેટલાક જીર્ણ દરદની બિમારીવાળાને દુધ ઉપર રાખવામાં આવે છે. ફળ. ચાહ અને કૉફી અપાય છે. દુધ એ કુદરતી ખોરાક છે અને તે નાના બચ્ચાઓના પોષણને માટે નિર્માણ થએલ છે. હોજરીમાં દુધ ગયા પછી તુરતજ જામી જાય છે. જો એકદમ દૂધને પીવામાં આવે, તો હોજરીમાં ફોદા ફોદા થઇ જાય છે અને પચતાં વાર લાગે છે, તેથી કરીને દૂધ ધીરે ધીરે પીવું અગર તો ખોરાકની સાથે લેવું.

બાળકને વધવાને માટે જે જરૂરીઆતની વસ્તુઓ છે, તે તેમાં આવી જાય છે, અને પોષણકારક તત્ત્વો મોટા પ્રમાણમાં હોય છે. એક શેર ગાયના માંસમાં તત્ત્વ રહેલું છે તેટલું ગાયના પાસેર દુધમાં તત્વ રહેલું છે, તેથી કરીને માંસાહાર કરતાં દુધનો આહાર બધી રીતે ઉપયોગી છે. કુદરતે માણસને દૂધ ઉપર રહેવાની વિશેષ યોગ્યતા આપેલી છે. દૂધ એ સર્વોત્તમ ખોરાક છે. મલાઇ કાઢી લીધેલા દૂધમાં મલાઇ હોતી નથી, પરંતુ પોષણવાળા તત્ત્વો વધારે હોય છે. દૂધને સ્વચ્છ રાખવું. કોઇપણ પ્રકારની ધૂળ અગર કચરો ના પડે તેવી જગ્યાએ રાખવું. બનતાં સુધી દુધ તંદુરસ્ત ગાયનું વાપરવું. ટાઈફોઇડ ફીવરમાં, ક્ષયમાં, રાતા તાવમાં, અને ડીપથેરીઆમાં દુધ વાપરતી વખતે ધ્યાન રાખવું, કારણ કે આ બધાં દરદોનો ચેપ દૂધ વડે ફેલાય છે. દૂધને બરફમાં રાખવું. દૂધને ગરમ કરી અને જંતુરહિત કરવાની રીત એવી છે કે તેને એક બાટલીમાં ભરી અને ઉકળતાં પાણીમાં મૂકવું. તે પાણીની ગરમી

૧૬૦ ડીગ્રી સુધી લઇ જવી અને ૪૦ મિનિટ સુધી આવા ગરમ પાણીમાં રહેવા દેવું, પછી ૪૫ ડીગ્રીવાળા ઠંડા પાણીમાં એકદમ દૂધને મૂકી દેવું અને તેમાંજ રાખવું.

આ રીતથી બધાં જંતુઓ મરી જાય છે અને દૂધ ખટાશ પકડતું નથી. આ રીતે દૂધ વાપરવા કરતાં તરત દોહેલી ગાયનું દૂધ લેવું અતિ ઉત્તમ છે. કદાચ તાજુ દુધ પીવાનો ટાઇમ ના મળે, તો ૧૦ મિનિટ સુધી દુધને ઉકાળી, બરફની પેટીમાં મૂકી દેવું અને તેનો ઉપયોગ કરવો. દુધ ઉકાળવાથી જલદી પચી જાય છે, પરંતુ તેની અંદર રહેલ હાડકાંને મજબુત કરનાર પદાર્થનો નાશ થાય છે, તેથી ઉકાળેલ દુધ ઉપર રહેનાર બાળકો જાડાં જણાય છે અને તેમાં પોચાં હાડકાંવાળા હોય છે. આ વિષયની માહિતી "રસપીંડ" ચિકિત્સા નામના અમારા પુસ્તકમાં આપેલી છે. દુધમાંથી મલાઈ, માખણ, દહીં, છાશ, પરાશ અને મઠો વિગેરે બનાવવામાં આવે છે. સવાશેર દુધની અંદર બે ઈંડાનો ધોળો ભાગ અને એક ચમચી મીઠું નાખી, તેને ઘુંટી તૈયાર કરવું. તે પચવામાં વિશેષ ફાયદાકારક હોય છે. તે આલબ્યુમીનવાળું દુધ કહેવાય છે. ઘોડીના દુધને વાસણમાં ભરી, તેમાં ઈસ્ટ અને થોડી સાકર નાંખવી. ચોવીસ કલાક રહેવા તે વાપરવું. તેને "કુમીસ" કહે છે. દહીંની પરાશમાં પોષણકારક પદાર્થો બહુજ ઓછાં હોય છે, પરંતુ એક સ્વાદિષ્ટ પીણા તરીકે વપરાય છે. સવાશેર દુધ લઇ તેમાં નવટાંક ઠંડુ પાણી નાંખવું, થોડોક પીપટોન પાવડર નાંખવો, તે બધું એક બાટલીમાં ભરી, તે બાટલી વીસ મિનિટ સુધી ગરમ પાણીમાં રાખવી, અને બરોબર હલાવવું, પછી બાટલી લઈ બરફની પેટીમાં મૂકવી. ઠંડુ થએ તે દુધ વાપરવું. આ દુધને પીપટોનવાળું દુધ કહે છે. દહીં પોષણકારક પદાર્થ છે. તે શરદીની મોસમ સિવાય દરેક ૠતુમાં વાપરવું. અડધો સેર દુધની અંદર ૨॥ તોલો બ્રાન્ડી અથવા વીસ્કી નાખી તેને હલાવવાથી મીલ્કપંચ થાય છે. તે દરદીને સત્તેજ રાખવા માટે વપરાય

છે. તે †પંચ ચારથી છ કલાકના અંતરે અપાય છે. દરેક વખતે તાજું બનાવી તે આપવું. ખરી રીતે તે બનાવતી વખતે એક પ્યાલામાં ત્રણ રૂપીઆભાર બરફ મૂકવો જોઇએ અને તેને પાંચ મિનિટ રહેવા દેવું; પછી તેમાં સ્વચ્છ ઠંડુ એકવીસ રૂપીઆભાર દૂધ રેડવું. તેને એકદમ હલાવવું. દુધમાં ખાંડ નાંખી શકાય છે. તે દરદીને પાઇ દેવું. કેટલીક વખત આ "પંચ" ગરમ આપવામાં આવે છે, તે વખતે બરફ વાપરવો નહિ, પરંતુ ૧૪૦ ડીગ્રી સુધીનું દૂધ લઇ, તેમાં બ્રાન્ડી નાંખવી. દરદીને સત્તેજ રાખવાની સાથે પોષણકારક તત્ત્વો આપવાના હોય, તો એગનોગ નામની બનાવટ બનાવાય છે, તે એવી રીતે કે અડધાસેર દુધની અંદર અઢી રૂપીઆભાર બ્રાન્ડી અને એક ઈંડુ નાખી, ઘુંટી એકત્ર કરી પવાય છે. ઝાડાવાળા દરદીને માટે આ ઠીક પડે છે. તેમાં થોડું જાયફળ, અને સાકર પણ નખાય છે. દરદી જ્યારે થાકી જાય, અગર આઘાત પહોંચે ત્યારે ઉકળતું ગરમ દુધ તે બંન્નેને સરખે ભાગે પી શકાય તેવું ગરમ દરદીને પાવું. દુધ ઘણી કંપનીઓમાંથી પાવડર રુપે જવ ભેળવેલું આવે છે. એક ચમચીભાર એક પ્યાલા ગરમ પાણીમાં નાખવાથી પીવા જેવું થાય છે. તેવા દુધની અંદર મીઠું, સિંધાલૂણ, તજ, જાયફળ, કોફી, ચૉકલેટ, વિગેરે પણ નખાય છે. વળી કેટલાક દુધની અંદર જવનું સત્ત્વ અને ઈંડાંનું સત્ત્વ પણ નાખેલું આવે છે. તેમજ દ્રાક્ષના સત્ત્વવાળું દુધ આવે છે. ખાસ કરીને હૉરલીક કંપનીઓ આવી બનાવટ બનાવે છે. ક્રિમના ડબા તૈયાર આવે છે, પરંતુ જ્યાં સુધી સ્વચ્છ દુધ મળે, ત્યાં સુધી તેજ વાપરવું. "ઝંકેટ" વિગેરે બનાવટો વાપરવામાં આવે છે. પણ તે આપણા લોકોને માફક આવતી નથી. દુધ પછી ખોરાકની બીજી વસ્તુ માંસાહારી માણસને માટે પ્રાણીજન્ય ખોરાક છે. જેને અંગ્રેજ લોકો "બીફ" કહે છે. તેનો અર્થ ગાય અગર બળદનું માંસ થાય છે. માંસાહારી માણસને માટે તે ખોરાક કદાચ બંધ

†Milk Punch

બેસતો લાગતો હશે, પરંતુ શાસ્ત્રીય રીતે જો તપાસીએ, તો માંસના ખોરાક કરતાં પૌષ્ટિક વસ્તુઓ વનસ્પતિમાં ઘણી છે. દુધ એ સર્વથી ઉત્તમમાં ઉત્તમ ખોરાક છે. અને તે એક શેર માંસ કરતાં, પાશેર દૂધ ચડી જાય છે, કારણ કે પાશેર દુધની અંદર જેટલાં પોષણ કારક તત્ત્વો છે, તેટલા એક શેર માંસમાં નથી; છતાં પણ તે લોકો અજ્ઞાનતાથી વાપરે છે અને કેટલીક બનાવટો બનાવે છે. તેમાંની નીચે પ્રમાણેની ×મુખ્ય હોય છેઃ—

૧. **બિફ ટી**–Beef Tea—ગાય અગર બળદના માંસના ઝીણા ઝીણા કટકા કરી, પાશેર પાણીની અંદર એક કલાક પલાળી રાખવું, પછી તેને ચુલા ઉપર ચડાવી, તેને ધીમા ધીમા તાપથી બે કલાક ઉકાળી ગળી લેવું. તેમાં મીઠું મરી નાખવાં.

૨. **બ્રોથ**–Broth—આ બનાવટ ઘેટું, ગાય, મુરઘી અને માંછલીમાંથી બનાવવામાં આવે છે. તે ધીરે ધીરે રાંધી પાણી રૂપે બનાવવામાં આવે છે. તેમાં પોપણકારક તત્ત્વો ઓછાં હોય છે, પરંતુ ચિકાશવાળો પદાર્થ વધુ હોય છે, તેથી કરીને દરદીને ચરબીમય પદાર્થ વધુ મળે, તે આ બનાવટનો હેતુ છે. માંસના ઝીણા ઝીણા કટકા કરી ઠંડા પાણીમાં પલાળી રાખવું. તેને સગડી ઉપર ધીરે ધીરે ઉકાળવું. તે જે દિવસે વાપરવું હોય, તેના એક દિવસ અગાડી બનાવવું. ચોખા, જવ, ઈંડાં પણ તેમાં નંખાય છે.

૩. **મટન બ્રોથ**–Mutten Broth—બે પાઉન્ડ ઘેટાનું માંસ, પાશેર ઠંડુ પાણી, એક ચમસો મીઠું, એક ચમસો મરી, પાશેર ઉકાળેલા ચોખા અથવા જવ નાંખી પકાવવું. ધીરે ધીરે તેને ઉકાળવું અને નરમ થએથી ગાળી લેવું. ગરમ ગરમ પાવા આપવું.

× વાંચક તું કદી પણ પ્રાણીજન્ય ખોરાક વાપરી પતીત થઈશ નહીં. આ બનાવટો ખાસ જાણવા આપી છે અને તે એટલા માટે કે તેનાથી વધારે સારી બીજી આપણી છે.

આવી રીતે જુદી જુદી જાતની બનાવટ બનાવવામાં આવે છે, પરંતુ તેના કરતાં સરસ જવનું પાણી છે. અઢી તોલા જવની અંદર પાશેર પાણી નાખી ઉકાળવું અને પછી ગળી લઈ પાવું. તે અતિ ઉત્તમ છે.

વળી નવટાંક ચોખા સવાશેર પાણીમાં ઉકાળવા અને એક કલાક ધીરેધીરે ઉકાળ્યા પછી ઉતારી લઈ ગળી નાંખી અંદર સાકર નાખી પાવું. જવના આટાનું પાણી પણ બનાવવામાં આવે છે. આ બધી બનાવટો દરદીના માટે હિતકારી છે, પરંતુ અમને માંસની એકે બનાવટ દરદીને ફાયદાકારક જણાઇ નથી. અળસીની ચા એક ડ્રામ જેઠીમધના મુળ સાથે બનાવી ગરમ ગરમ પાવામાં આવે છે. વળી લેમોનેડ પણ અપાય છે. કેટલાક લોકો "પોટાસ ટાર્ટાસ એસીડસ" બેડ્રામ, ચાર ડ્રામ સાકર અને થોડાંક લેમનના છોડીયા લઇ,તેને પાસેર ગરમ પાણીમાં નાખી, ગળી લેવાં. તેને ઠંડુ થયા બાદ આપવાં. આ પીવાથી દરદીને શાંતી વળે છે. વળી સવાશેર પાણીમાં દોઢ તોલો આંબલીનો ગર્ભ નાંખી, ગોળ સાથે પવાય છે. આ રીતે દરદીને ખોરાક તરીકે પ્રવાહી વસ્તુઓ પવાય છે.

કોફી=Coffee–બુંદદાણામાંથી બનાવવામાં આવે છે. તે ગરમ પ્રદેશમાં થાય છે. તેમાં કેફીન નામનું ઝેર હોય છે. એક પ્યાલા કાફીમાં એક ગ્રેન જેટલું પ્રમાણ કેફીનનું આવે છે. તે પાચન શક્તિને મંદ પાડે છે. મગજ અને હૃદયને ઉત્તેજી પેસાબને વધારે લાવે છે. તે પીવાથી કેટલાકમાં સ્હેજ નબળાઈ આવી ઉંઘ આવી જાય છે. **બાળકને કોફી અગર ચાહ બીલકુલ પીવા આપવા નહિ.** ઓપરેશન પછી થતી ઉલટી કોફી આપવાથી બંધ થાય છે.× આઘાત પહોંચી દરદી બેભાન થતો હોય તેને આપવાથી ઠીક પડે છે.

ચા—Tea–ચા હિંદુસ્તાન, જાપાન અને ચીનમાં વાવવામાં

× Shock.

આવે છે. તેના છોડના પાંદડામાંથી બને છે. લીલી અને કાળી એવી બે જાત હોય છે. લીલા પત્તાં તોડી લઇ એકદમ સૂકવી નાખવામાં આવે તે લીલી રહે છે; જ્યારે બધી ચાને એકત્ર કરી અમૂક દિવસ એકઠી રાખી મૂકવામાં આવે છે, ત્યારે તેમાં સડો અથવા બાંટ પેસે છે, ત્યારે સુકવી નાંખે છે. તે કાળી ચા થાય છે. તેમાં થીન નામનું ઝેર હોય છે. ચામાંથી તે એકદમ નીકળી આવે છે. તે હૃદયને નબળું પાડી ભૂખ ઓછી લગાડે છે. મગજને ઉત્તેજી પેસાબ વધારે લાવે છે. વધારે પ્રમાણમાં ચા નાખી ઉકાળવાથી તેમાં રહેલું ટેનીક એસીડ બહાર આવે છે, તે ભૂખ ઓછી કરી નાખે છે. કબજીયાત કરે છે. ચા અતિ ઉકાળી કદી પણ પીવી નહિ. ચાને એક વાસણમાં નાંખી, તેના ઉપર ઉકળતું પાણી રેડવું. તે વાસણને દસ મિનિટ સુધી ઢાંકી રાખવું. તેમાં ખાંડ અને થોડુંક દૂધ મેળવી પીવું. ચા ભૂખ્યા પેટે કદી પીવી નહિ, **તેમજ બાળકને કદીપણ પીવા આપવી નહિ.** સ્ત્રીઓ તેમજ નબળા બાંધાના માણસોને પીવા આપવી નહિ. ચા પીવાથી ઉંઘ ઉડી જાય છે, માટે તેમાં લીંબુના પાન નાંખવા.

ચોકલેટ,=Chocolate કોકાના ઝાડમાંથી જે બીયાં નીકળે છે, તેમાંથી ચોકલેટ અને કોકો બનાવવામાં આવે છે. ચોકલેટમાં આ બીયાનો ભૂકો હોય છે, જ્યારે કોકોમાંથી ચરબી કાઢી લેવામાં આવે છે અને સાકર ઉમેરવામાં આવે છે. કોકો અને ચોકલેટ બંનેની અંદર ટેનીક એસીડ હોય છે, પરંતુ ચા અને કોફી જેટલું હોતું નથી. તેની અંદર કોકમના તેલને મળતું કેફીનના જેવું તત્ત્વ હોય છે. તે ઉત્તેજક નથી. કોકો અને કોફી બંનેમાં પોષણકારક તત્ત્વો છે. બંને ઉકાળીને લેવાય છે.

ખોરાકના વરગીકરણમાં ઉતરીએ, તો ખોરાકના ત્રણ ભાગ છે. પ્રાણીજન્ય, વનસ્પતિજન્ય, અને ચરબીવાળા. એમ ત્રણ પ્રકારના ખોરાક છે. એટલે ખાસ કરીને માંદાની માવજતની અંદર પીવા જેવા ખોરાક સિવાય કાંઈપણ વાપરવાનું હોતું નથી. ખોરાકની અંદર પાણી

એ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. કેટલાક પાણીમાં સોડીયમ, પોટેસીયમ, મેગ્નેશ્યમ અને આયર્ન સલ્ફર વિગેરે હોય છે.

દરદીને ખોરાક બહુજ સાવચેતીથી આપવો. સાજો થયા પછી પણ ધીરેધીરે ખોરાક ઉપર ચડાવવો.

દરદીને ખોરાકની સાથે જે દવા આપવાની આવે છે, તે બરાબર વાપરવી અને તેનો જેટલો અને જેવો અમલ થાય તેની ખાસ નોંધ રાખવી.

કાન ધોવાને માટે કાનની પિચકારીમાં પાણી લઇ ધીરે ધીરે ધોવો. તેમાં હાઇડ્રોજન પેરોક્ષાઈડ નાંખવું. *ઝાડાવાટે કેમ પિચકારી આપવી તે આગળ ઉપર અપાઈ ગયું છે.

કેટલાક એવા સંજોગો બને છે કે કેળવાયેલ વ્યક્તિની સારવાર મળે તે પહેલાં આપણે કંઈક કરવું પડે છે અને તેથી અમૂક જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની જરૂર પડે છે. જ્યારે કોઈ પણ પ્રકારનો અકસ્માત બને, ત્યારે ગભરાયા શિવાય નિચે લખેલા અસ્માતમાં નીચે પ્રમાણેનો ઈલાજ કરી દેવો.

૧. કોઈ પણ માણસનું હાડકું ભાંગી ગયું હોય, તો તે હાડકાંના ભાંગેલા બે છેડાને બરોબર સરખા રાખી તેના ઉપર રૂ મૂકી અને પાટીઆ મૂકી પાટો બાંધી દેવો. કુદરતી રીતે એકવીસ દિવસે હાડકું સંધાઈ જાય છે. તેમાં કોઈપણ દવાની ખાસ જરૂર પડતી નથી. જો કોઈ બેભાન થઈ જાય, તો તેના મગજમાં લોહીનો પ્રવાહ ઓછો છે તેમ સમજવું. તેનું માથું નીચું રાખવું અને પગ ઉંચા રહે તેમ સુવાડી દેવો. પુષ્કળ હવા નાખવી. આમોનીયા સુંઘાડવો; પરંતુ જો તેનો ચ્હેરો ચકચકિત હોય, તેના શ્વાસોશ્વાસમાંથી અવાજ આવતા હોય, તેની આંખની કીકીઓ બન્ને વિસ્તૃત થએલી હોય અને તેના શરીરની ગરમી ઓછી થઈ ગઈ હોય, તો તેની મગજની

---

* કાનમાં સમુદ્રફીણનું પાણી કરીને નાખવું. સમુદ્રફીણ બાળીને વાપરવું.

ખોપરીની અંદર લોહી નીકળ્યું છે, અને તેથી કરીને તેના કપડાં ઢીલા કરવા, મગજ ઉપર ઠંડક લગાડવી, અને પગે ગરમ પાણીની થેલીઓ મૂકવી. દારૂ પીધેલા માણસો બેભાન થાય છે. તેમ મગજમાં લોહી નીકળેલાં માણસો બેભાન થાય છે; તેમાં એટલો ફેર હોય છે, કે દારૂ પીધેલા જાગી શકે છે જયારે પેલા જાગતા નથી. દારૂ પીધેલાને ઉલટી થવાથી ભાનમાં આવે છે. તેમજ વાઈના દરદવાળાને મોઢામાં ફીણ આવી બેભાન થાય છે. તાણ આવતી હોય, એવા દરદો હીસ્ટીરીઆના હોય છે. તે બધાની અંદર ફક્ત દરદીની સંભાળ રાખવાની હોય છે અને પવન નાંખવો. કેટલીક સ્ત્રીઓમાં બાળકનો જન્મ થાય ત્યારે તાણ આવે છે. તેને સ્હેજ કલોરોફોર્મ આપવાથી બંધ થાય છે. બાળકની અંદર તાણ આવે, ત્યારે તેને ઝાડા વાટે પિચકારી મરાવવી ઠંડા પાણીના પોતા માથા ઉપર મૂકવાં. ગરમ પાણીનો શેક શરિર ઉપર કરવો. એકાએક નાના બાળકો અફીણ અગર એવી ચીજ ખાઈ જાય તે વખતે તેને ઉલટી કરાવવી. સત્તેજ રાખી, ઉંઘવા દેવું નહિ. ગરમ પાણી અને મીઠું અથવા વાટેલી રાઈ, ગરમ પાણીમાં આપવાથી ઉલટી થાય છે. કેટલીક વખત અમૂક જગો ઉપર જખમ થાય છે. તે જખમમાંથી લોહી એટલું બધું નીકળે છે, કે દરદી મરી જાય છે. પરંતુ જો લોહીને બંધ કરવામાં આવે, તો દરદી બચી જાય છે. રક્તવાહિની તૂટવાથી જે લોહી નીકળે છે, તે વધારે પડતું હોય છે. જો ફસ તુટેલી હોય, તો કાળું લોહી નીકળે છે. જો નાની નસ તુટેલી હોય, તો લોહીના મોતીયા ફુટે છે. અમુક જખમ થવાથી લોહી નીકળે છે. તે જખમ અંદરનો હોય અને બહારનો પણ હોય. તલવાર વિગેરેના ઘાથી બહાર જખમ થઇ લોહી નીકળે છે. જયારે ક્ષયની અંદર ક્ષયરોગનું ચાંદુ ઉતરી અંદર અમૂક રક્તવાહિની તુટવાથી છાતીમાં લોહી નીકળે છે. પછી લોહીની ઉલટી થાય છે. તે અંદર લોહી નીકળ્યું ગણાય. મોટી નસમાંથી લોહી નીકળે છે, ત્યારે તેની ધાર થાય છે.× જો તેને બંધ

× શેડ-પીચકારી જેવી ઉડે છે.

કરવામાં ના આવે, તો નાડી અને શ્વાસ ધીમા પડી, પરસેવો વળી શરીરની ગરમી ઓછી થાય છે. હાથ, પગના નખ અને હોઠ કાળા પડી, દરદી બેભાન થઈ જાય છે. જે જગ્યાએથી લોહી નીકળતું હોય, તે જગ્યા ઉપર ગરમ પાણી રેડવાથી ઠંડુ પાણી અગર બરફ મૂકવાથી, ખૂબ દબાવવાથી અગર દવા ચોપડવાથી લોહી બંધ થઇ જાય છે. આયોડીન, ફટકડી, સીલ્વર નાઈટ્રેટ, વિગેરે લગાડવાથી લોહી બંધ થઈ જાય છે,* પરંતુ તેમ કરવાથી જો લોહી બંધ ન ન થાય તો જે ઠેકાણેથી લોહી નીકળતું હોય, તેના ઉપરના ભાગમાં જોરથી પાટો બાંધવો પડે છે અને પછી ઘા પહોળો કરી જે નસ તુટી હોય તેને સાંધી બાંધી દેવી પડે છે. (બાંધવા માટે રેશમના દોરા, કેટગર, વિગેરે વપરાય છે.)

નાકમાંથી લોહી નીકળે તો દરદીને ખાટલા ઉપર સુવાડી ઓસીકું નીચું રાખવું. પાંગત ઉંચી રાખવી. માથા ઉપર ઠંડા પાણીના પોતાં મૂકવાં. નાક સાફ કરી, લોબાનના ફુલનું પુંમડું દબાવી દેવું. છાતીમાં અગર પેટમાં લોહી નીકળે, તે વખતે લોહીની ઉલટી થાય છે. આંતરડાના ઉપરના ભાગમાં લોહી નીકળે, તો તે ઝાડા વાટે કાળું નીકળે છે. આંતરડાના નીચેના ભાગમાંથી લોહી નીકળે તે લાલાશ પડતું નીકળે છે. આ બધાંને માટે ઠંડા પાણીનો ઉપયોગ અતિ ઉત્તમ છે. શરીરના બહારના ભાગમાં નિચે પ્રમાણેના જખમ થાય છે.

૧. **ચીરો-ઇનસાઈઝડ.** Incised wound આ જખમ કોઇપણ ધારવાળા હથિયારથી થાય છે. છરી, ચપ્પુ કે તલવાર આવા જખમ કરે છે. એ જખમની બંન્ને ધાર સરખી રીતે કપાયેલી હોય છે.

---

* લોહી બંધ કરવા માટે ઘા બાજરીયું દાબવું. હળદર અને ચુનો મેળવી લગાડવો, આથી લોહી બંધ થશે.

૨. કાણાવાળો ઘા. Punctured wound સેાય, નખ, સેાયા કાંટા વગેરેથી જે જખમ થાય છે, તે શરીરમાં કાણાં પાડે છે, તેમાંથી લેાહી વહે છે.

૩. ઘા અથવા જખમ. કોઇપણ બુથડ પદાર્થ વાગી શરીરની ચામડી ત્યાંથી ફાટી અને ઘા પડે, તેની નિચે માંસ કચરાઇ જઈ રક્તવાહિનીએા છુંદાઈ તૂટી જાય છે અને લેાહી નીકળે છે તેને જખમ કહે છે.

૪. ઉઝરડા. કાંટા, નખ, વિગેરે ઉઝરડાવાથી જે ચામડી ઉપર લીટા થાય છે, તે બધા ઘામાંથી લેાહી વહે છે, દરદ થાય છે, તે ભાગની ચલનશક્તિ મંદ પડી જાય છે અને આઘાત થાય છે. આ બધાં ઘાને દવાના પાણીથી સાફ કરી આયેાડીન લગાડવું અને તેના ઉપર આયડેાફેાર્મ ભભરાવી પાટેા બાંધી દેવેા.

કેટલીક વખત ઝેરી જનાવરેા કરડે છે, ત્યારે શું કરવું ? તેની સમજ પડતી નથી. માંખ, મધમાખી ભમરી, કરડે તેા તેના ઉપર આમેાનીયાનું પ્રવાહી લગાડવું* જો વીંછી કરડે, તેા તેના× ઉપર "હાઇડ્રોક્લેારીક"નું એક ટીપું મૂકી દેવું.† જો સાપ કરડે તેા જે જગ્યાએ કરડયેા હેાય તેના ઉપરના ભાગમાં§ મજબુત દેારી બાંધી દેવી. તે એટલા બધા જોરથી બાંધવી કે જખમનું લેાહી ઉપર ચડી

---

* માંખ, મધમાખી, ભમરીના ડંખ ઉપર કુંગળીનેા રસ અને કપુર મેળવી લગાડવેા.

× કારબેાલીક એસીડથી પણ ઉતરી જાય છે તેમજ નાઇટ્રીક એસીડ અથવા કેાકેઇન અને નેાવેાકેનને સ્લફીટમાં મેળવી લગાડવાથી ઉતરી જાય છે.

† વીંછી કે ઝેરી પ્રાણીના ડંખના ઝેર ઉપર ‌વિછનાગ અને ગંધક એમાંથી એકને પાણીમાં ઘસી લગાડવું, ગંધકનેા ધૂમાડેા આપવેા, હીંગ લગાડવી.

§ કરડ અને હૃદયની વચમાં.

શકે નહિ. પછી જે જગ્યાએ સાપ કરડયો હોય તે જગ્યાને ધારવાળા ચપુથી કાપી. પોટાશપરમેગેનેટના લોશનમાં તે ભાગને બોળી રાખવો. તેને દબાવી દબાવી જખમમાંથી લોહી કાઢવું. જખમના ઉપર પાણી રેડયા કરવું. જખમ લુછી લુછી લોહી કાઢતું રહેવું. પછી એમ જણાય કે તે ભાગમાં બીલકુલ લોહી નથી. તે વખતે તે ભાગને લોશનમાંથી બહાર કાઢી ખૂબ ઘસીને ધોઈ નાખવો. તેના ઉપર "લાયકર આમોનીયા ફ્રૉર્ટીસ"ના પ્રવાહીનું પોતું મુકવું. દરદીને ૨૪ કલાક સુધી સુવા દેવો નહિ. પીવાને માટે વીનમઈ પીકાક ઉલટી થાય, તેટલી માત્રામાં આપવું. દર કલાકે કલાકે કોફી પાવી, ખાસ જરૂર જણાય તો સાપનું ઇન્જેકશન "એન્ટીવીનોમસશીમ" આવે છે. તેનું ઇંજેકશન મુકવું.+

પાણીમાં ડુબી જવું—જ્યારે માણસ દેખીતી રીતે ડુબી ગયો હોય, ત્યારે સૌથી પ્રથમ તેને એવી રીતે સુવાડવો. કે તેનું પેટ અને ચ્હેરો ઉપર રહે, અને તેનો વાંસો નીચો રહે. સેવિકાએ તેની આંગળી ઉપર રૂમાલ બાંધી તેના ગળામાં નાંખવી, તે વડે તેના ગળાના પછવાડેના ભાગમાં રહેલો ચિકણો પદાર્થ કાઢી લેવો, આમ કરવાથી તેની શ્વાસ નળીમાં રહેલ પાણી બહાર આવશે. તેના વાંસા ઉપર બે હાથથી દબાવી જોર આપવું. પછી તેને વાંસા ભર સુવાડવો. તેને કૃત્રિમ શ્વાસોશ્વાસ આપવાં. તેની જીભ બહાર પકડી રાખવી, શ્વાસોશ્વાસ આપવાની બે રીત છે.

૧. દરદીને વાંસાભર સુવાડી, તેના માથાની પછવાડે બેસવું. તેના હાથ કાંડામાંથી પકડવા. પ્રથમ બહારના ભાગમાં ખેંચવા. ત્યાંથી ધીમે ધીમે ગોળાકાર રીતે ખેંચી માથા ઉપર સિધા લાવવા, અને છાતી ઉપર લાવી દબાવવા. છાતી ઉપર દબાણ આપવાથી હવા ફેફસાંમાંથી બહાર આવે છે. અને તેને છોડી

+ સર્પના ડંખ ઉપર નવસારને મૂત્રમાં પલાળી પોતાં મૂકવાં અને કુતરી નામના ઘાસનો રસ પાવલી ભાર પાવો.

દઈ, હાથને માથા ઉપર ખેંચવાથી હવા ફેફસા ઉપર જાય છે. એક મિનિટમાં પંદર વખત આમ કરવું જોઈએ.

૨. દરદીને છાતી અને પેટ ભર સુવાડી એટલે ઉંધો નાખી તેના વાંસા ઉપર દબાણ કરી એકદમ છોડી દેવું. આ રીતથી પણ છાતીની પેટની અંદરનું પાણી બહાર આવી જાય છે.

અંગનું મચકોડાવું–Sprain—કોઈપણ અંગ મચકોડાઈ જાય, ત્યારે તે અંગને ગરમ પાણી રાખી શેક કરવો, તેના ઉપર ભીનો× પાટો બાંધી દેવો. મચકોડાયેલ અંગને પૂર્ણ આરામ આપવો.

હાડકાનું ભાંગવું–Fracture—હાડકું ભાંગે ત્યારે કેટલીક વખત ચામડી ઉપરથી+ એવીને એવી રહે છે. કેટલાંકમાં ચામડી ઉપર જખમ* પણ થાય છે. હાડકું ભાંગે ત્યારે અંગ બેડોળ બને છે. ને તે હાડકાંની સપાટી અને સીધાપણું બદલાઈ જાય છે, તેના ઉપર સોજો આવે છે. તે ભાગ લાલ થઈ ગરમ થાય છે. અને તેના ઉપર દુખાવો થાય છે. હાડકું તુટે ત્યારે તેના તુટેલા બે કટકા હાલે છે. તે કટકા હલાવવાથી એક જાતનો ખરબચડો અવાજ આવે છે. જે ભાગમાં હાડકું ભાંગે, તે અંગ પોતાનું કુદરતી કામ કરી શકતું નથી. જ્યારે હાડકું ભાંગે ત્યારે તે ભાગને કુદરતી આરામ આપવો જોઈએ, અને તેટલા માટે ખાપીઆ બાંધવા પડે છે. ભાંગેલું હાડકું બરોબર બેસાડી, તેને ખાપીઆ બાંધી દેવામાં આવે છે.

દાઝવું—જ્યારે માણસને ગરમ પદાર્થ અડકે છે ત્યારે તેને ડામ પડે છે. આવા ડામ અગ્નિની જ્વાળાથી ગરમ નક્કર પદાર્થથી ગરમ પાણી. અગર તેલથી થાય છે. તેલ ઉંડામાં ઉંડુ ઉતરી વધારે વેદના કરે છે. પરંતુ તેનાથી વધારે વેદના ઉપરનો ડામ સાધારણ પડયો હોય, તો પણ થાય છે. સાધારણ ડામની અંદર ઉપરની ચામડી બળે છે. તેથી ફોલ્લાં થાય છે. તેની વેદના અતિશય હોય

× ઈ વેપરેટીંગ લોશનનો. + Simple Fracture. * Compound Fracture.

છે, તેનાથી વધારે સખત બળે, તો ચામડી બળી જાય છે. કેટલીક વખત માંસના લોચા અને હાડકા સુધી માંસ પણ બળે છે. બળેલા માણુસને વેદના અતિશય થાય છે. તેનો આઘાત× પહોંચવાથી મૃત્યુ થાય છે. માણુસ બળતું હોય, તે વખતે તેને કપડામાં એકદમ લપેટી લેવું પરંતુ તેના કપડા કાઢવાનો પ્રયત્ન કરવો નહિ. કપડામાં વિંટાળી જમીન ઉપર પાડી દેવાથી આગ બુઝાઈ જાય છે. બળેલાભાગને સોડાના પાણીથી ધોઈ. પીક્રીક એસીડના પાણીના પોતાં મુકવાં.× બળતરા શાંત થતાં, તેલમાં ચુંનાનું પાણી મેળવી ચોપડી દેવું. અને તેના ઉપર બૉરીક એસીડ લગાવી પાટો બાંધી દેવો. બહુ વેદના થતી હોય, તો "મોરફીયાનું" ઇંજેકશન મુકવું.

પ્રકરણ ૧૨ મું.

ચામડી અને તેના દરદો.

શરીરની ચામડી શરીરનું રક્ષણ કરવા માટે છે. એટલુંજ નહિ પણ તે શરીરના ઝેરી તત્ત્વો પરસેવા વાટે બહાર કાઢવાનું સાધન પણ છે. વળી સંજ્ઞાવાહક અવયવ પણ છે. ચામડીના બે પડ છે. બહારની ચામડી તે ત્વચા કહેવાય છે. અને તેની નિચેની ઉપત્વચા કહેવાય છે. ત્વચા અને ઉપત્વચા બંન્નેના ત્રણત્રણ ભાગ હોય છે, તેમાં પરસેવો ઉત્પન્ન કરવાની ગ્રંથીઓ, રક્તવાહિનીઓ, જ્ઞાનતંતુઓ વિગેરે આવેલા હોય છે. બહારનું પડ કઠણ હોય છે. અને અંદરનું પડ નરમ હોય છે. ચામડીના અંગના તત્ત્વો તેમાં હોય છે. ચામડીના પહેલા પડમાં રક્તવાહિનીઓ હોતી નથી, ચામડીના ઉપર જે દરદ થાય છે, તે દાણારૂપે હોય છે. અને તેવા દાણા જુદી જુદી જાતના હોય છે. લાલ, અને સૂઝેલા દાણાને **ઈરીથીમાં** કહે છે. (Erythema)

× ચુનાનું આછરેલું પાણી અને એરંડીયું તેલ મેળવી, મલમ બનાવી લગાડવું.

મેક્યુલ એ એક લાલ ઝીણો કઠણ દાણો હોય છે. તે મોટો હોય તો તેને પેપ્યુલ કહે છે. પાણીવાળા દાણા, અને પરૂવાળા દાણા. પણ હોય છે. દરેક ચામડીના દરદોને અમુક ચિન્હો હોય છે. દરેકમાં અમુક પ્રકારના દાણા ફુટી નીકળે છે. તે ઉપરાંત કેટલાકમાં બળતરા અને ચળ આવે છે. આ ચિન્હ થવાનું કારણ એ છે, કે અમુક પ્રકારનું પ્રવાહી ચામડીના પડમાં ઉત્પન્ન થાય છે. અને તેના દબાણથી જ્ઞાનતંતુઓ ઉશ્કેરાઈ છે. ચામડીના દર્દોમાં કેમ સારવાર કરવી. તે ખાસ અગત્યનો વિષય છે. કોઈ પણ દરદ ન મટે, એ સંભવિત નથી. છતાં પણ આપણે જોઇએ છીએ, કે લોકો દવા લીધા છતાં ચામડીના દરદથી ઘણા વખતથી પીડાતા હોય છે. આમાં દવાનો વાંક ઓછો હોય છે. પરંતુ દરદીનોજ વાંક હોય છે. દવા અને બીજા ઇલાજો કુદરતને મદદ કરવાને માટે હોય છે. કુદરત એવી રીતે કામ કરે છે, કે તે દરદને મટાડે છે, કુદરતને મદદરૂપ સ્વચ્છતા એ મુખ્ય વસ્તુ છે, ચામડીનું મુખ્ય દરદ સ્વચ્છતા માગે છે. અને ગંદાઈથીજ ચામડીના દર્દો થાય છે. કોઈ પણ ચામડીનું દરદ સ્વચ્છતાથી મટી જાય છે. ચળ અને સાધારણ દરદો માટે નિચેનું વાપરવું

કારબોલીક એસીડ...........................૧ ડ્રામ.
ઝીંગ ઓકસાઈડ...........................૩ ડ્રામ.
કેલેમાઈન પાવડર...........................૧ ડ્રામ.
ગ્લીસરાઈન...........................૩ ડ્રામ.
ચુનાનું પાણી...........................૧ ઔંસ.
ગુલાબજળ...........................૨ ઔંસ.

સર્વત્ર એકત્ર કરી, ચોપડવાથી દરેક દરદ મટી જાય છે,

ચામડીના દરદોમાં ચળ એ મુખ્ય ચિંન્હ હોય છે. અને ચામડી ઉપર દાણા થઈ આવે છે. ચામડીની સપાટી ઉપર દેખાય છે.

અને કેટલાક ચામડીની સપાટી નિચે હોય છે. તે આંગળીવડે દબાવવાથી જણાય છે.

પ્રુરાઈટીસ—આ દરદમાં ચળ આવે છે. તેમાં કોઇ પણ પ્રકારનું દરદ અથવા દાણા ફુટેલા હોતા નથી. ગુદાની આસપાસ અને ગુહ્ય અવયેાની આસપાસ સાધારણ ચળ આવ્યા કરે છે. નાના બાળકની અંદર જો ચળ આવે તેા તેના આંતરડામાં પડેલ જીવાંતને આભારી હેાય છે. પણ મેાટા માણસની અંદર નબળાઈથી આવે છે. જલદ પદાર્થો બહાર નીકળવાથી મધુ પ્રમેહમાં ઈંદ્રિની આસપાસ ચળ આવે છે. અથવા શરીર ઉપર જો ચળ આવતી હેાય, તેા સમજવું કે દરદીને કમળાનું દરદ છે. અથવા તેા લેાહીની અંદર પિત્તલીવર બગડવાથી ભળેલું છે. વૃદ્ધ લેાકેામાં ચામડી તમરી પડવાથી કેાઈ પણ કારણ વિના ચળ આવે છે.*

સારવાર—ચામડીના ખાસ દરદેા બાતલ કરવાં, +જૂ—Lice પડી હેાય, તેા તેનેા ઉપાય કરવેા. સાકર માટે પેસાબ તપાસવેા. કેાઈ પણ જલદ કારણથી ચળ આવતી હેાય તેા તેની તપાસ કરવી. દરદીને જુલાબ આપવેા. ચામડી ઉપર સ્વચ્છતા રાખી. કેલેમાઈન લેાશનથી લાઈકર પીસીસ કાર્બોનેટીસથી ચામડી ધેાવી. પછી શક્તિ વર્ધક દવા આપવી. ઘણેખરે ભાગે જુલાબ લેવાથી ચળ બંધ થઈ જાય છે. જુલાબમાં પાણી જેવા ઝાડા થવા માટે દવા આપવી.

એલેાપેશીયા ટાલ—આ દવામાં વાળ આછા થઈ જાય છે. અથવા તેા બીલકુલ ખરી પડે છે. વારસામાં આ દરદ ઉતરે છે. માથું ભીનું, ચીકણું રહેવાથી તે થાય છે, તાવમાં ઘણેાજ લાંબેા મંદવાડ ભેાગવવાથી પણ વાળ ખરી પડે છે. સીફીલીસની બીજી સ્ટેજમાં વાળ ખરી પડે છે, તેની બીજી જાતી થાય છે. તેને " અલેાપેશીયા એરીયાટા " કહે છે. તેમાં માથા ઉપર થેાડા થેાડા ભાગમાંથી એકદમ વાળ ખરી પડે છે. અને તેથી વાળ ખરી પડેલ જગ્યેા સુંવાળી અને લાલ

---

* કપુર કાચલી, આંબળાં અને કપુર મેળવી પાણીમાં વાટી લેપ કરવેા. અગર પાતળું કરી લગાડવું.

+ જૂ માટે લીંબેાળીએા અને ટાપરૂં વાટી માથામાં ચેાપડવેા.

જણાય છે. સાધારણ રીતે આ દરદ માથા ઉપર થાય છે. કોઈપણ ઉંમરે સ્ત્રી અગર પુરૂષ બન્નેમાં થાય છે. આ દરદનું કારણ જણાયું નથી, તે હવાના ફેરફારને લીધે, કે જંતુઓના લીધે થાય છે, તેની ખાત્રી નથી. દરદીને શકિત વર્ધક દવા આપવી. અને નીચેની દવાઓ ટાલ પડેલા ભાગ ઉપર લગાડવી.

૧. કેન્થેરીડીન ૧ ભાગ, રેકટી ફાઈડ સ્પીરીટ ૨ ભાગ, ગુલાબજળ ૪ ભાગ, એ રીતે મેળવી ટાલવાળા ભાગ ઉપર લગાડવી.
૨. પાપલોકાર પાઇન નાઈટ્રિટ સ્પીરીટમાં મેળવી અને લગાડવું.

સીબોરીઆ—ચામડીનો સોજો આવી, તેની ફોતરી આ દરદમાં ઉખડે છે. જો કે આ દરદના ખાસ જંતુઓ નક્કી થયા નથી. પરંતુ આ દરદ જંતુઓને આભારી છે. માથા ઉપર ખાસ કરીને આ દરદ થાય છે. પણ શરીરના બીજા ભાગ ઉપર જોવામાં આવે છે. સાધારણ રીતે સીબોરીઆ સીકા નામની જાત જોવામાં આવે છે. તે માથા ઉપર થાય છે. વાળની આસપાસ પાતળા ધોળા ખોડાના જેવા કડદા એકત્ર થાય છે. તેને અંગ્રેજીમાં સ્કર્ફ અથવા ડેન્ડ્રફ કહે છે. વાળ ખરી પડે છે. તેની બીજી જાત સીબોરીઆ ઓલીયો છે. તેમાં ચામડી તેલીયાની રંગની જણાય છે. અને અડ-કતાં ચિકણી લાગે છે. ચામડી ઉપર ચિકાશદાર ભૂખરા રંગના મીણ જેવાં તેલીયા ભીંગડાં થાય છે.

સારવાર—ભીંગડા અને છાલા ઓલાઈવ ઓઈલ લગાડી કાઢી નાખવા. પછી ચામડી સાફ કરવી પારાના લોશનથી ધોવી. તેના ઉપર સાદો મલમ લગાડી દેવો.

પરસેવાની ગ્રંથીના દરદો—પરસેવાની ગ્રંથીના દરદમાં પ્રથમ દરજ્જે પરસેવાનું ઓછું થવું તે દરદ ગણાય છે. તેને અંગ્રે-જીમાં "એનહાઇડ્રોસીસ" કહે છે. ખાસ દરદોમાં જેવા કે મધુ પ્રમેહ વિગેરેમાં તે થાય છે. તે વખતે ચામડીને કોડલીવર ઓઈલ લગાડી મસળવી. ચરબી વધે, તેવો ખોરાક આપવો કેટલાક દરદમાં એટલે કે

ક્ષય, સંધીવાના તાવમાં એકદમ પરસેવો વધી જાય છે, તેને અંગ્રેજીમાં હાઈપરહાઇડ્રોસીસ કહે છે કોઈ વખત તેની વારીકાઓ ત્વચા અને ઉપત્વચાની વચમાં જણાય છે. તેને અંગ્રેજીમાં સુડામીના કહે છે. ચામડીને આવા દરદમાં સ્વચ્છ રાખવી. અને ટેનીનનું પાંચ ટકા પ્રવાહી છથી આઠ અઠવાડીઆં સુધી ચામડી ઉપર લગાડવું. કેટલીક વખત શરીરમાંથી જે પરસેવો આવે છે. તેની વાસ ઘણીજ ખરાબ, અને નાખુશી ઉત્પન્ન કરે, તેવી હોય છે. તેને અંગ્રેજીમાં બ્રોમી-ડ્રોસીસ કહે છે. સાધારણ રીતે આ દરદ બગલ, પગ અને સાથળના મુળમાં હોય છે. ચામડીને બહુજ સ્વચ્છ રાખી, બૉરીક સ્ટાર્ચ અને ઝીંકનો પાવડર ભભરાવવો. કેટલાક માણસોમાં પરસેવો રંગીન આવે છે, તેનું કારણ રંગીન જંતુઓ હોય છે. તે દરદને અંગ્રેજીમાં ક્રોમો-ડ્રોસીસ કહે છે. દરદીને સાદો જુલાબ આપવાથી, અને નાવાધોવાની સ્વચ્છતા રાખવાથી આ દરદ મટી જાય છે.

ઇરીથીમાં=ઈન્ટરટ્રાઇગો—ચામડીના સોજાનો આ એક પ્રકાર છે. જ્યાં બે ચામડી ભેગી થઈ, અને સાથે રહે છે. ત્યાં આ દરદ થાય છે. બગલ, સાથળનું મુળ એ ખાસ જગ્યો છે. ચામડી લાલ થઇ ચળ આવે છે. અમુક જગ્યો ઉપર ચામડી લાલ થઇ ચળ આવે છે તેને અંગ્રેજીમાં=ઈરીથીમાં કહે છે. તેના ઉપર સ્ટાર્ચ અને ઝીંકનો ભુકો ભભરાવવો. તેની એક બીજી જાત ઈરીથીમાં-પરનીયો કરીને થાય છે. તે સાધારણ રીતે શરદ રૂતુમાં ઘણાખરા લોકોને રૂધિરાભિસરણ મંદ હોવાને લીધે થાય છે. હાથ, પગના ઉપર આંગળી અને અંગુઠો, નાક, કાન ઉપર ઇરીથીમા થાય છે, જે ભાગ ઉપર થાય છે, તે ભાગ ધુળીયા રંગનો બની જાય છે. તેના ઉપર સોજો આવે છે, અને ચળ આવી દરદ થાય છે. જો તેની દરકાર રાખવામાં ન આવે, તો ચામડી તુટી ચાંદું પડે છે. આવા દરદીને રૂધિરાભિશ્રણ સુધરે, તેવી શક્તિવર્ધક દવા આપવી. પહેરવાના માટે ગરમ કપડાં રાખવાં. જે જગ્યો ઉપર ચાંદુ પડ્યું

હોય, ત્યાં ટીન્ચર આર્યોડીન અથવા કપુરનું તેલ લગાડવું. કેટલીક વખત ખાસ અમુક જગ્યે ઉપર ચામડીનો સોજો અમુક આકારમાં આવે છે. હાથના પાછલા ભાગ ઉપર તે થાય છે. પગ ઉપર પણ જોવામાં આવે છે. લાલ ચાઠાં જેવા દાણા નીકળે છે. તે તેની કિનારીએ ફેલાય છે અને વચમાં મટતાં જાય છે. જેમ જેમ દરદ વધતું જાય છે, તેમ તેમ આગળ તેની કિનારીએથી વધે છે. ચામડી ઉપર દુખાવો થાય છે અને ચળ આવે છે. સ્હેજ તાવ પણ આવી જાય છે. આ દરદ પાચનક્રિયા સંબંધી અનિયમિતતાથી થાય છે. અમુક પ્રકારનું ઝેર શરીરમાં ફેલાવવાથી આ દાણા નીકળે છે. તેથી એરંડીયાનો સાદો જુલાબ આપી, દાણા ઉપર શામક દવાનું પ્રવાહી લગાડી, પાચનક્રિયા સુધરે તેવી દવા આપવી. આ દરદને "ઇરીથીમાં મલ્ટીફોર્મી" કહે છે. તેનાથી બીજી જાત "ઇરીથીમાં નોડોઝમ" થાય છે. તેમાં ખાસ કારણ સંધીવાનું હોય છે. ખાસ કરીને તે પગમાં પીળા, લાલ, સોજાવાળા દાણા નીકળે છે. કે જે દબાવતાં દુખે છે. દરેક દાણો એકથી બે અઠવાડીયાં રહે છે. દાણાઓ અમુક સમૂહમાં નીકળે છે. આ દાણાની નજીકમાં શ્રેણીકા નીકળે છે. યુવાન બાળાઓ અને સ્ત્રીઓમાં આ દરદ સાધારણ રીતે થાય છે. દરદીને આરામ આપી, "સોડાસેલીસીલેટ" આપવું.×

પ્રકરણ ૧૩ મું.

ફેફસાના દરદોની સારવાર.

ફેફસાના ઘણાખરા દરદોમાં અમુક ચિન્હ સાધારણ હોય છે. દરેક દરદ બનતાં સુધી જંતુના હુમલાથીજ થાય છે. તેના ઘણાખરા ચિન્હો દરેક દરદમાં હયાત પણ હોય છે. શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડે

×મંજીષ્ટાદિ કવાથ આપવાથી સારો ફાયદો થશે.

છે. ગળામાં સોજો આવી ખાંસી થાય છે. તાઢ વાય અને તાવ આવે છે. માથું દુખે છે. ઉધરસ આવતાં બલગમ પડે છે. આ ચિન્હો ઘણાંખરાં દરદમાં સાધારણ હોય છે.

શ્વાસોશ્વાસ વધે :છે. કારણકે શ્વાસની જરૂર વધારે પડે છે, તેથી તેને સ્વચ્છ હવાની જરૂર પણ વધારે હોય છે. કેટલાક દરદોમાં ફેફસાનો ભાગ એવો હોય છે. કે તે શ્વાસોશ્વાસ લેવાને માટે ઉપયોગમાં આવતો નથી તેથી બાકીના ભાગને હવા મેળવવા વધારે કામ કરવું પડે છે. શ્વાસ લેતી વખતે લીધેલા શ્વાસમાંથી ઓકસીજન લોહીમાં મળી જાય છે. અને નકામા લોહીનો કારબન બહાર નીકળતી હવા સાથે બહાર આવે છે. તેથી આ કાર્યમાં થોડી હરકત આવવાથી ગભરામણ થાય છે. જો વધારે ગભરામણ થાય, તો ચામડી ઉપર લીલું લોહી તરી આવી લીલો રંગ જણાય છે. Cyanosis and Dyspnoea કેટલાક દરદોમાં ઉધરસ ખાલી, ટુંકી, ભરેલી અથવા સાધારણ હોય છે, તે દરેકની જુદીજુદી રીતે સારવાર કરવી પડે છે. ફેફસામાં રહેલ જ્ઞાનતંતુઓ ઉશ્કેરાવવાથી ઉધરસ આવે છે. કાનમાં શોથ હોય તોપણ ઉધરસ આવે છે. હોજરીના કેટલાક દરદોમાં પણ ઉધરસ આવે છે. બાળકોમાં દાંત આવે છે, ત્યારે ઉધરસ આવે છે. આવી રીતે ઉધરસ આવે છે. તે ખાસ ઉપયોગી છે. કેવા પ્રકારની ઉધરસ આવે છે, તે જાણવું ખાસ જરૂરનું છે. સુકી ઉધરસમાં બલગમ બીલકુલ આવતું નથી. આવી ઉધરસ ન્યુમોનીઆ, ઇન્ફ્લ્યુઅન્ઝા, શરૂઆતની ઉધરસ, રસી, અને દમમાં હોય છે. ભરેલી અથવા પાકેલી ઉધરસમાં બલગમ આવે છે. ક્ષય, ન્યુમોનીયા,* અને ઉધરસના દરદમાં પાકેલી ઉધરસ હોય છે. અમુક વખત ઉધરસ આવી અને રહી જાય છે, તે મોટી ઉધરસમાં હોય છે. ગળાના સોજાના દરદમાં સુકી ખાંસી આવે છે. ફેફસાની અંદરથી જે પદાર્થ બહાર આવે છે તેને બલગમ કહે છે. તેમાં કોઈ વખત

* ન્યુમોનીઆ પાછળના ભાગમાં.

લોહી અથવા પરૂપણ આવે છે. દરદના પ્રમાણમાં બલગમ ઓછું અથવા વધતુ આવે છે. જ્યારે તે વધારે હોય છે ત્યારે તે ચિકણું અને ચોંટી જાય તેવું હોતું નથી. ન્યુમોનીઆની અંદર તે મેલું આવે છે. ક્ષયમાં બલગમની સાથે લોહી પણ આવે છે. હોજરીમાંથી આવેલું લોહી, અને છાતીમાંથી આવતા લોહીમાં એટલો ફરક રહે છે, કે છાતીનું લોહી લાલ હોય છે, અને હોજરીનું લોહી કોફીના રંગનું હોય છે. અંગ્રેજીમાં જેને "સ્યાનોસીસ" કહે છે, તેનો અર્થ એવો થાય છે, કે આસમાની રંગ ચામડીનો થઇ જાય છે, અને લોહીમાં જોઇએ તેટલો પ્રાણવાયુ હોતું નથી, પરન્તુ કારબનવાળું ફેસનું લોહી વિશેષ રહે છે.

શ્વાસ નળીના બધાં દરદોની માવજતમાં પ્રથમ હવાઅજવાળાં વાળો ઓરડો પસંદ કરવો જોઇએ. અને હવા ઓરડાની ઠંડી રાખવી જોઇએ. એટલે કે ઓરડાની ગરમી ૬૦ ડીગ્રી હોવી જોઇએ. દરદીને પથારીમાં રાખવો, અને કપડાં પહેરાવી રાખવાં. ઓરડાની હવા ભીની રાખવી. તાવ હોય ત્યાંસુધી પ્રવાહી ખોરાક આપવો. ટીંચર+ ઓફ બેન્ઝોઇન સવાશેર પાણીમાં એક ડ્રામ નાખી ઉકાળવાથી ગળાના સોજામાં ફાયદો આપે છે. ઉધરસના દરદમાં દરદીને બહુ સુવા દેવો નહિ, પરંતુ તકીઆના ઓઠીંગણે બેસવા દેવો. અળસીની પોટીસ, એન્ટી ફ્લોઝીસ્ટન, ઠંડા. અગર ગરમ પાણીનો પ્રયોગ કરવો પડે છે. ન્યુમોનીઆની અંદર (થુંકવાને માટે) પ્યાલામાં બલગમ લેવું. તાવ, નાડી, અને શ્વાસ, દર ત્રણ કલાકે માપવાં. હૃદયની ખાસ સંભાળ રાખવી, કારણકે ન્યુમોનીયાની અંદર હૃદય નબળું પડી જાય છે. તાવને માટે વાદળીથી ઠંડા પાણી વડે શરીર ધોઈ નાંખવું. ન્યુમોનીઆની અંદર દરદી બેહોશ થઈ બકવાટ કરે છે. તે વખતે દરદીની ખાસ સંભાળ રાખવી પડે છે. તેમાં દરદીને કેટલીક વખત રાત્રે ઉંઘ પણ આવતી નથી. તે વખતે ઉંઘની દવા આપવી. ૧થી

+ W. Benzic Co.

૨ડ્રામ પેરેલડીહાઇડ અથવા ૧૦ ગ્રેન વીરોનલ આપવું. ૧૦૪થી વધારે ટેમ્પરેચરન માપ, ત્યાંસુધી પાણીનો પ્રયોગ કરવો નહિ પરંતુ તેની જીભ સુકાતી હોય, અને બેભાન થઈ બકવાટ કરતો હોય, તો તેને ઠંડા પાણીનો પ્રયોગ કરવો.

શુળની અંદર છાતીમાં શુળ ભોંકયા જેવું થાય છે ત્યારે શેક કરવો, અને રાઇની પોટીસ બાંધવી. અથવા આયોડીનવાળું તેલ ચોપડવા આપવું. સૌથી સરસ રીત શુળ અટકાવવાની એ છે કે રાળના પલાસ્ટરને છાતી ઉપર, કપડાં ઉપર ચોડી દુખતા ભાગ ઉપર લગાડી દેવું. તે પટી બરડાની કરોળથી છાતીના× મધ્યભાગમાં પોંચે એટલી લાંબી અને બે ઇંચ પહોળી રાખવી. તેવા પલાસ્ટર ચોંટાડેલા પટાનો એક છેડો બરડાની કરોડે ચોટાડી દરદીને શ્વાસ કાઢી નાંખવા કહેવું; અને પછી તુરત તે પટો છાતીના મધ્યમાં આવે, તેમ લગાડી દેવો. તેવી રીતે એક લગાડયા પછી તેના ઉપરના ભાગમાં બીજો લગાડવો. તે એવી રીતે કે તેનો દુખતો ભાગ બંધ થઇ જાય. શુળની અંદર ફેફસાના અસ્તરમાં પાણી જો વધારે પડતું ભરાય, તો પિચકારી વતી ખેંચી લેવું.

ક્ષયની અંદર ખોરાક, કસરત, અને દવા ઉપર ખાસ ધ્યાન રાખવાની જરૂર પડે છે. પરન્તુ સ્વચ્છ હવા અને પોષણકારક ખોરાક (સુવર્ણની બનાવટો, જીવન) શિવાય બીજો ખાસ ઇલાજ હાલ જણાયો નથી.

હોજરી અને આંતરડાના દરદોની સારવાર

હોજરી અને આંતરડાના દરદો પાચનક્રિયા સંબંધીના હોય છે. તેથી કરીને તે દરદોમાં ખાસ ખોરાક તરફ ધ્યાન આપવું પડે છે. દરદીનું મોઢું અને દાંત ચોકખા રાખવાં પડે છે. કબજીયાતનું ખાસ ધ્યાન રાખવું.

× From Vertibral column to Sternum Across the Chest.

ભૂખ એ એવી લાગણી છે, કે તે વખતે આપણને ખાવાની ઈચ્છા થાય. અને જો ખાવાની ઈચ્છા ન થાય તો તે દરદ ગણાય છે. તાવની અંદર ભૂખ ઓછી થઈ જાય છે. પાંડુરોગ, જીર્ણ દરદો, હોજરી અને આંતરડાના દરદોમાં ભૂખ ખાસ ઓછી થઈ જાય છે, પેટમાં જીવાંત પડી હોય, ત્યારે મધુપ્રમેહમાં અને બીજા ઘણામાં ભૂખ બહુજ લાગે છે. હીસ્ટીરીઆ અને સગર્ભા અવસ્થામાં ભૂખ જુદા પ્રકારની લાગે છે. તરશ ત્યારે લાગે છે કે શરીરમાં પાણીની જરૂર હોય, તાવમાં, ઉલટીમાં, ઝાડામાં, લોહી શરીરની બહાર નીકળી જવાથી અને જે જે વખતે શરીરમાંથી વધુ પડતું પ્રવાહી નીકળી જાય, તે વખતે તરસ લાગે છે. હોડકાર તંદુરસ્તી સ્થિતિમાં આવે છે; તેમજ અજીર્ણ, અને હોજરીના સોજામાં પણ આવે છે, ઉલટી અજીર્ણમાં, ક્ષયમાં, સગર્ભા સ્થિતિમાં, અને ઘણાં દરદમાં થાય છે. હેડકી એ તંદુરસ્તીની નિશાની છે પરંતુ લાંબા વખતની બિમારીમાં આવે, તો તે ખરાબ નિશાની છે.

હૃદયનું દરદ—હૃદયના દરદમાં ખોરાક માંસનો કદી લેવો નહિ. તેમજ પ્રવાહી પદાર્થ પણ અમુક પ્રમાણમાં લેવો. કોઈપણ પ્રકારનો માદક ખોરાક લેવો નહિ. પાણીનો પ્રયોગ અને વીજળીનો પ્રયોગ ખાસ ઉપયોગી છે. જીર્ણ હૃદયના દરદમાં ખોરાક પચી જાય જાય તેવો અને પૌષ્ટાક આપવો. પરંતુ કદી અતિ આહાર કરવો નહિ. નહિમબાથનો પ્રયોગ હૃદયના દરદમાં ખાસ કરવો. આ ગરમ કારબન ડાયોકસાઈડનું સ્નાન છે. પાણીની અંદર સોડાબાઇકાર્બ નાંખી, અને તેનું સ્નાન લેવાય છે. મધુપ્રમેહની અંદર ખાસ કરીને ખોરાકનું ધ્યાન આપવામાં આવે છે. જે ખોરાકની અંદર ગળપણ, અને મેંદાનો ભાગ આવે, તે ખોરાકનો ત્યાગ કરવો. દરદીને કસરત કરાવવી. બનતાં સુધી દરદીને કૅાબી. ફુલેવર, મુળા, મોગરી, સકરજન, તાંજલજો વિગેરે આપવા દરેક પ્રકારના તેજાના મસાલા લેવાય છે. કૅાફી અને ચા લેવામાં કાંઈ હરકત નથી.

સંધીવાત. Rheumatism—સંધીવામાં શરીરના સાંધાઓ સુજી આવી અને દુખે છે. ત્યારે ગરમ પાણીનો શેક કરવો. નીચેનું લીનીમેન્ટ ચોળવું.—

લીનીમેન્ટ	એકોનાઇટ.	ડ્રામ.	૧.
,,	બેલેાડોના.	,,	,,
,,	કેમફરેકો.	,,	,,
,,	પોટાસ આયેાડાઈ		,,
ટીંકચર	આયેાડાઇનિ.	ડ્રામ.	૧
લીનીમેન્ટ	ટેરેએન્થીની	ડ્રામ.	૩

સઘળું મેળવી અને દિવસમાં ત્રણ વખત ચોપડવું.× અને તેના ઉપર ગરમ શેક કરવો. તેમજ પીવા માટે સેલીસીલેટની બનાવટ આપવી.

બ્રાઇટસ-ડીઝીઝ.—આ દરદમાં દરદીની ચામડી ચળકતી અને પાણીદાર હોય છે. દરદી શરીરે થેથરવાળેા જણાય છે. તેના પેશાબમાં આલ્બ્યુમીન નામનો ચિકણો પદાર્થ જાય છે. આ દરદ તિવ્ર અને જીર્ણ એમ બે પ્રકારનું છે.

તિવ્ર દરદ રાતો તાવ, સંધીવા, ડીપથીરીઆ, વિગેરે પછી થાય છે. અને તે શરદી લાગવાથી પણ થાય છે. સગર્ભા સ્રીઓમાં તે વિશેષ હોય છે. તેના ચિન્હો-દરદીનો પેસાબ ઘટી જાય છે. અને કેટલીક વખત તોપણ ટીપે ટીપે પેસાબ આવે છે. પેસાબ રંગે કાળો અને ધુમાડા જેવો આવે છે. કેટલીક વખત તેમાં લોહી પણ આવે છે. આલ્બ્યુમીન હંમેશાં હોય છે. માથુ દુખે છે. અને ભૂખ ઓછી થઇ નબળાઈ આવે છે. આંખના પોપચાં ઉપસી આવે છે. પગના ઘુંટામાં પાણી ભરાય છે. લોહી બગડી ફીકાશ આવે છે, જો આ દરદનો ઇલાજ કરવામાં ન આવે, તો પેસાબ બીલકુલ કમતી થઇ જાય છે. તેથી કરીને શરીરમાં યુરીક એસીડ વધી જાય છે. તેના પરિણામે તાણુ આવે છે, અને મૃત્યુ થાય છે.

× આ ઠેકાણે વિષગર્ભ તેલ ચોળવાથી સારો ફાયદો થશે.

આ દરદની સારવારમાં બગડેલા ગુરદાને તંદુરસ્તીમાં લાવવાનો યત્ન કરવાનો છે. જે વિષ ગુરદા શરીરમાંથી બહાર કાઢે છે. તે બહાર કાઢવાનો યત્ન કરવાનો છે. દરદીને તેનો ખાસ ખોરાક આપવો પડે છે. દુધ તેમજ અનાજ મુખ્ય ભાગે કરીને હોય છે. પાણીની અંદર લીંબુનું સત્ત્વ નાંખી. હર ઘડી પીવા આપવું. પાણી જેવા ઝાડા થાય, તેવી દવા આપવી. ગરમ પાણીનો પ્રયોગ આ દરદમાં ઠીક પડે છે. દરદીને પથારીમાં રાખવો, અને પરસેવો વળે તેવી દવા આપવી. ગુરદાના ભાગમાં રાઇનું પલાસ્ટર લગાડવું. **માંસ અને દારૂ બંધ કરી દેવા.** મોઢું સ્વચ્છ રાખવું. ખરાબ દાંત કાઢી નાંખવાં. ભાજીપાલો અને ફળ ઉપર વિશેષ રહેવું. કૉફી, ઈંડાં, વટાણા, ચોળા, વાલ, અને ચરબીવાળા પદાર્થ ખાવા નહિ. હંમેશાં ગરમ પાણીથી સ્નાન કરવું. અને ગરમ કપડાં પહેરવાં, દસ્ત સાફ આવે તેવી દવા લેવી.

પ્રકરણ ૧૪ મું.

સર્જીકલ નર્સીંગ, વહાડકાપના દરદીઓની સારવાર.

વહાડ કાપના કામની અંદર સ્વચ્છતા જાળવાનું મુખ્ય કામ છે. તે સ્વચ્છતા એટલી બધી જોઇએ કે કોઇપણ પ્રકારના જંતુઓ રહી જાય નહિ. હાલની વહાડ કાપની રીત એટલી બધી આગળ વધી છે કે તેના નિયમો પ્રમાણે ચાલવાથી જલદી આરામ આવી જાય છે. પહેલા ઘણાં વહાડ કાપના કેસોમાં ચેપ લાગતો હતો. તેથી કેસો બગડતા હતા પરંતુ લીસ્ટર નામના ડૅાકટરના વખતથી ઓપરેશનનું કામ એટલું બધું આગળ વધ્યું, કે દરેક ઘા જંતુ રહિત બનાવી, જલદી રૂઝવવામાં આવે છે. ત્યારથી આજ સુધી ઘણી એક નોંધ થઈ છે. ઓપરેશનના કામમાં જંતુની દવા આપવામાં આવે છે. જખમના સંબંધમાં જે જે વસ્તુઓ આવે, તે જંતુ રહિત બનાવવામાં

આવે છે. અને તેથી ઝખમ જલદી રૂઝાઇ જાય છે. જો કે હવા-માંથી કેટલાક જંતુઓ પડે છે પરંતુ તેઓ નુકસાનકારક હોતા નથી, છતાં પણ દવાથી તેનો નાશ થઇ જાય છે.

ચેપ લાગવાનું કારણ એ છે, કે જંતુઓ દાખલ થાય છે. આ જંતુઓ ઝીણામાં ઝીણા અને સૂક્ષ્મદર્શકથી જોઇ શકાય તેવા હોય છે. જંતુઓનું વર્ણન પાછલા પ્રકરણમાં આવી ગયેલ છે. જંતુઓને જીવવાને માટે ગરમી અને ભેજ જોઈએ છીએ. ઘણા ખરા જંતુઓ ૯૯ ડીગ્રી ગરમીમાં ઉત્પન્ન થાય છે. ઠંડીમાં તેને અનૂકુળતા આવતી નથી. અતિશય ગરમીમાં મરી જાય છે. ગરમી જો ૧૦૨ ડીગ્રી થાય તો જંતુઓનો નાશ થાય છે. તેને ભેજ ન મળે તો તે સુકાઇ જાય છે. ભેજ મળતાં પાછાં ફુલી તૈયાર થાય છે. જે વસ્તુઓ ઉપર જંતુ ઉત્પન્ન થાય છે. તેનો તેઓ નાશ કરે છે. અને બીજાના ખોરાકને લાયક બનાવે છે. અમુક જંતુઓ પાણીના ભાગ ઉપર ઉત્પન્ન થાય છે, તે વખતે તેઓ તે ભાગની અંદર હવા ઉત્પન્ન કરી, તેને સેડવી નાંખે છે. તે સડેલો ભાગ કોઇ વનસ્પતિ અગર પ્રાણીનો ખો-રાક બને છે. શરીરમાં જંતુઓ દાખલ થાય ત્યારે ચેપ લાગ્યો છે, તેમ સમજવું. અને ઘામાં જ્યારે જંતુઓ દાખલ થાય ત્યારે તેમાં પુષ્કળ પરૂ પેદા થાય છે. તેમની હયાતીથી ઘા ઉપર અને શરીરમાં અમુક ચિન્હો ઉત્પન્ન થાય છે. ઘા ઉપર સોજો આવી લાલ થઇ જાય છે, અને પરૂ આવે છે. કેટલીક વખત દરદ હોય છે. તે અંગ પોતાનું કામ કરી શકતું નથી. માથુ દુખે છે, તાવ આવે છે, નાડી-જલદ ચાલે, અને નબળાઇ જણાય છે. નાના બાળકોમાં કોઇ વખત તાણ પણ આવી જાય છે. જંતુઓ જ્યારે લોહીમાં મળે, ત્યારે તેનું ઝેર લોહીમાં મળવાથી તેનું ઝેર પુષ્કળ ચડે છે. જુદી જુદી જગ્યાએ ગુંમડાં પણ નીકળે છે. આ જંતુઓને મારવા માટે જે દવા યોજા-યેલી છે. તેને જંતુઘ્ન દવા કહે છે. આ જંતુઓને બાળવાને માટે દરેક હથિઆરો પંદરથી ત્રીસ મિનિટ સુધી ઉના પાણીમાં રાખવા

પડે છે. વાદળી, પટી, ચાદર, અને ટુવાલ બધું ઉકાળી સ્વચ્છ બનાવવું પડે છે,

દરદીને ઑપરેશન કરતી વખતે બેહોશ કરી, ઑપરેશન કરવામાં આવે છે. જે દવા બેહોશ કરે, તેને ઘેન લાવનારી દવા કહે છે. અને તેથી ઘેનવાળી દવા સુંઘવાથી માણસ બેહોશ થાય છે. ઇથર ક્લોરોફોર્મ અને નાઈટ્રસ ઓકસાઈડ નામની દવા ખાસ કરીને ઘેન લાવવા માટે વપરાય છે. કેટલાક નાના ઑપરેશનમાં જે જગ્યા ઉપર વાઢકાપ કરવાની હોય, તે જગ્યાએ દવા લગાડવાથી ચામડી બહેર મારી જાય છે. આવી દવાઓ ચોપડવાથી ચામડીમા બહેરાપણું આવે છે. કોકેન, નોવોકેઇન કારબોલીક એસીડ, બરફ, ઇથીલક્લોરાઇડ, વિગેરે લગાડવાથી ચામડી બહેરમારી જાય છે.

દરદીને જ્યારે ઘેન લાવવાની દવા સુંઘાડવી હોય, ત્યારે તેને પ્રથમ તપાસવો અને જોવું કે તેનું હૃદય, ફેફસાં, ગુર્દાઓ સારી હાલતમાં છે. દરદીને ચરબીવાળો ખોરાક છુટથી આપવો. ૨૪ કલાક પહેલાં તેને જુલાબ આપવો. પછી તેને કાંઈપણ ખોરાક આપવો નહિ. જે દિવસે ઑપરેશન કરવાનું હોય તે દિવસે સવારમાં તેને ઝાડા વાટે પિચકારી મુકી, આંતરડાં સાફ કરી નાંખવાં. પછી તેનું મોઢું ખૂબ સાફ કરાવી, તેને કોગળા કરવાની દવા આપવી. દાંતને ચોકખા કરવા, નાકને સાફ કરી નાંખવું. મોઢામાં બનાવટી અગર હલતા દાંત હોય, તેને કાઢી નાખવા. ગળું અને છાતી ખુલ્લાં રાખવાં. દરદીને ટેબલ ઉપર સુવાડી, કઠણ તકીઆ ઉપર માથું રાખવું. નાક અને મોઢાની આસપાસ સ્હેજ વેસીલાઈન લગાડવું. આંખની અંદર ઠંડા પાણીના પોતાં મુકવાં અને માથા ઉપર ટુવાલ વિંટાળી રાખવો. ક્લોરોફોર્મ બનતાં સુધી બીજાં ઓરડામાં આપવું. દવા સુંઘાડતી વખતે કોઇ પણ માણસને પાસે રહેવા દેવો નહિ. ½ માંથી ¼ ગ્રેન મોરફીયાની પિચકારી ચામડીવાટે કેટલાક દાક્તરો દવા સુંઘાડયા પહેલાં આપે છે. હૃદય સત્તેજ રાખવા માટે મોરફીયા સાથે એટ્રોપીન

પણ વાપરવું. તેનાથી ગળામાં અને ફેફસામાં ચિકણો પદાર્થ એકઠો થતો નથી. મોઢું ખુલું રાખવાની ગેગ, જીભ પકડવાનો ચિપિઓ, લુગડાના કટકા અને ચામડીવાટે દવા ઉતારવાની પિચકારી વિગેરે તૈયાર રાખવાં. જે વખતે દવા સુંઘાડવામાં આવે તે ટાઈમ નોંધી લેવો. જે દવા સુંઘાડવામાં આવી હોય, તેની નોંધ કરવી. દરદીની નાડ, શ્વાસોશ્વાસ લખી લેવો, અને જયારે દરદીને ઑપરેશન કર્યા પછી, તેને ખાટલામાં સુવાડવામાં આવે, ત્યારે તેના શરીરની ગરમી, નાડી, શ્વાસોશ્વાસ લખવાં. બેભાન કરવાની શરૂઆતમાં લાફીંગ-ગેસ સુંઘાડવામાં આવે છે. દરદી તેની અસરની નીચે આવે ત્યારે તેને ઇથર સુંઘાડવામાં આવે છે.

આવો રીતે દવા સુંઘાડી બેભાન કરવાની રીત ભયભરેલી છે. જો કે સોળહજાર માણસે એક મૃત્યુ થયાની નોંધ લીધી છે. નાઇ-ટ્રસ ઓકસાઇડ અથવા લાફીંગગેસ એ સૌથી ઉત્તમમાં ઉત્તમ બેભાન કરવાની દવા છે, પણ તે દરેક કેસમાં વપરાતી નથી. જ્યારે પુરેપુરી રીતે દરદીને બેભાન કરવાનું હોય, અને તેની સ્થિતિમાં તેને લાંબો વખત રાખવાની જરૂર પડે. તો આ દવા નકામી છે. પરંતુ તે ટુંકી મુદતના ઑપરેશન અને થોડી બેભાન સ્થિતિને માટે ઉપયોગી છે. ઈથર બેભાન કરવા માટે સાધારણ વપરાય છે. પરંતુ ખાસ તે કેળવાયેલના હાથે વપરાય તો તે અતિ ઉત્તમ છે. છતાં પણ તે દરેક કેસમાં વપરાઇ શકતું નથી. ઇથર ફેફસાના દરદમાં ગુરદા અને રક્તવાહિનીના દરદમાં વપરાતું નથી. આવી સ્થિતિમાં ક્લૉરોફોર્મ વાપરવું પડે છે. પરંતુ જો હૃદય નબળું હોય, તો ક્લૉરોફોર્મ અપાય નહિ, પણ ઇથર વાપરી શકાય, કારણ કે તે હૃદયને ઉત્તજે છે.

બેભાન કરવાના ભયને દુર કરવા માટે આ બધી બાબતોની ખાસ સંભાળ રાખવી પડે છે. ઑપરેશન રૂમની ગરમી ૭૫ ડીગ્રી સુધીની હોવી જોઈએ અને પુષ્કળ હવા આવવા દેવી જોઇએ.

દરદીની ચામડી ગરમ રાખવી. જરૂર પડે રબરની થેલી પણ વાપરવી. શ્વાસોશ્વાસ અને નાડીની બરોબર સંભાળ રાખવી. કારણ કે ભયની નિશાની તેમાંથી માલુમ પડે છે. ચામડી ઉપર લીલાશ (Blue) ના માટે ખાસ ધ્યાન રાખવું.

ઇથર એ સૌથી ઉત્તમ બેભાન કરવાની દવા છે. ચોકખામાં ચોકખું ઈથર વાપરવું. અગ્ની હોય તે જગ્યાએ ૧૫ ફુટની અંદર ઇથર આપવું નહિ. ગ્યાસતેલની બત્તી અથવા મીણબત્તી પણ રાખવી નહિ, કારણ કે એકદમ સળગી ઉઠે છે.

દરદીને ટેબલ ઉપર સુવાડી, ઇથરમાસ્કની અંદર ઇથરનાં ટીપા નાખવાં. તે દરદીના નાક પાસે બેથી ત્રણ ઇંચની જગ્યાએ રાખવું. દરદીના નાકે શ્વાસ લેવા કેવું. તે માસ્ક દરદીના નાક આગળ નજીક લાવવી. અને તેના ઉપર ઇથરના ટીપાં નાંખ્યા કરવાં. પછી તે માસ્ક દરદીના નાક અને ગાલ આગળ મુકી દેવું. તે માસ્કને દરદીના ચ્હેરા આગળ એકદમ નજીક લાવવી નહિ. નહિતર દરદી ગુંગળાઇ જશે.દરદીના નાક ઉપર તે માસ્ક રહે તે દરમિઆન દર મીનીટે ૪૦ટીપાં ઇથરના નાંખવાં. અને આમ જયાં સુધી દરદી ઉંઘી ન જાય, ત્યાંસુધી કરવું. પછી તે માસ્ક દરદીના નાક આગળ ધરી રાખવી. આ વખતે દરદી જરા અર્ધ સ્થિતિમાં આવી બકવા માંડે છે, અને ઉલટી પણ થાય છે. ઉધરસ આવી શરીરને ખૂબ હલાવે છે, પરંતુ એકદમ ઇથર નાંખવાથી દરદી બેભાન થઇ લાંબા શ્વાસ લેવા માંડે છે. પછી તેના શરીરની માંસપેશીઓ કડક થઇ જાય છે. શ્વાસોશ્વાસ બંધ થવા આવે છે અને તેનો ચ્હેરો વાદળી રંગનો થઇ જાય છે. આ વખતે તે માસ્કનો ભાગ દરદીના ચ્હેરાને અડતો હોય, તે ભાગને ટુવાલથી વીંટી લેવો. અને પછી નાક ઉપર એવી રીતે મુકવું, કે કોઇ પણ બાજુએથી હવા આવી શકે નહિ. તેનું નિચલું જડબુ બરોબર દબાવી રાખવું. અને મોઢું બંધ રાખવું. આથી અવાજ નહિ થાય. અને જીભ પાછળ નહિ પડે. ત્યારપછી દરદી બેહોશ થાય છે. આ વખતે

તેને કોઇપણ પ્રકારનું દરદ થતું નથી. આ વખતે તેની આંખની કીકીઓ સંકોચાઇ જાય છે, તેમજ તેના ઉપર પ્રકાશ પડે, તોપણ વિસ્તૃત થતી નથી. જો ઘેન બહુજ ઉંડુ આવી ગયું હોય, તો તેની કિકી વિસ્તૃત થાય છે. તેની ચામડી ઠંડી પડી પરસેવો વળે છે શ્વાસોશ્વાસ બરોબર ચાલે છે. પરંતુ ઉંડા ચાલતા નથી. નાડી ધીમી અને અગમ્ય ચાલે છે. દરદી જાણે કુદરતી ઉંઘમાં પડયો હોય તેમ માલુમ પડે છે, તે બેભાન થયો છે, કે નહિ તે જાણવાને માટે ઘણા દાકતરો દરદીની આંખ ખોલી, તેની આંખની કીકી ઉપર આંગળી અડાડે છે. જો દરદી આંખ ખેંચે તો તે બરાબર નિસામાં આવ્યો નથી. ઇથર આપતી વખતે તેના ટીપાં એક મિનિટમાં ચાલીસ સરખા ટાઇમે પડવા જોઇએ. એટલે દોઢ સેકન્ડના અંતરે એક ટીપું પડવું જોઈએ. અને દરદીને તેની અસરની અંદર રાખવો જોઇએ. નહિતર જીદંગીનું જોખમ થાય છે. દરદીને એક વખત ઇથર આપ્યા પછી જાગી જવા દેવો નહિ. કારણ કે તેને આઘાત બહુજ પહોંચે છે. આખું ઓપરેશન ચાલતાં દરમિઆન દરદીને સંપૂર્ણ ઇથરની અસર નિચે રાખવો. ઈથર આપતાં દરમિઆન શ્વાસોશ્વાસ બંધ થઇ જાય છે, અને તેથી દરદીના શ્વાસનું ખાસ ધ્યાન રાખવું. તેની ચામડીનો રંગ જોયા કરવો. તેના ખાસ કરીને હોઠ અને નાકની ણુટ જોવી. જો તેના શ્વાસોશ્વાસ નબળાં પડે, અને "ઉપર+ ચોટીઆ" જણાય તો, અથવા તો તેની ચામડી લાલાશ પકડે તો, તેનો શ્વાસ બંધ થાય છે, એમ સમજી ઇથર આપવું બંધ કરી, એકદમ ઓકસીજન આપવું. ઇથર આપતાં દરમિઆન નાડ પણ જોવી. જો તે એકદમ ચાલતી હોય અને એકદમ નબળી પડી જતી જણાય તો સર્જનનું ધ્યાન ખેંચવું અને હૃદયને સ્થાપક અથવા ઉત્તેજક દવાની પિચકારી મુકવી. કોઇ વખત દરદીના ગળામાં ચિકણો પદાર્થ ભેગો થાય છે. અથવા તો તેની જીભ ગળાના પાછલા ભાગમાં લપસી પડે છે. તેથી તેવા

+Shallow Breathing.

શ્વાસોશ્વાસને હરકત પહોંચે છે. અને ગુંગળી જવાના ચિન્હો ઉત્પન્ન થાય છે. ગળામાં એકત્ર થએલી લાળ વાદળીથી કાઢી લેવી. દરદીની જીભને ચિપિયાથી બહાર કાઢી બહાર રાખવી.

કેટલીક વખત શરૂઆતમાંજ દરદીના શ્વાસોશ્વાસ બંધ થઇ જાય છે, તે વખતે માસ્કને એકાદ મિનિટ દૂર ખસેડી શ્વાસ લેવા દેવો. પંખાવતી હવા નાખવી. તેથી શ્વાસોશ્વાસ ચાલુ થશે. દરદીને સંપૂર્ણ ઇથરની અસર થયા પછી, જો તે શ્વાસોશ્વાસ અટકી જાય તો માસ્કને એકદમ તેના નાક ઉપરથી લઇ લેવી, અને ટેબલને માથાના ભાગ તરફથી નીચું નમાવવું. ઉત્તેજક દવાઓ આપવી. અને કૃત્રિમ શ્વાસોશ્વાસ શરૂ કરવાં. દરદીની ગુદા વિસ્તૃત રાખવી. તેમ કરવા માટે વળેલી આંગળી ઉપર વેસેલાઇન લગાડી, ગુદામાં નાખવી. આ દવા સુંઘાડતી વખતે દરદીને શરૂઆતમાં ઉલટી થાય છે, અને ખાસ કરીને જો દરદીના આંતરડા સ્વચ્છ ન હોય, અને ભૂખ્યો ન રાખ્યો હોય, તો ઉલટી થાય છે. આ વખતે તેને ઉલટી થવા દેવી, અને દવા આપ્યા કરવી. દરદી જ્યારે સત્તેજ થાય છે, ત્યારે તેને તોફાન કરવા દેવું નહિ, પરંતુ બરોબર પકડી રાખવો. ઇથરની અસર જતી રહે છે, તે વખતે દરદી અશાંત, ગરબડીયો, અને તોફાની થાય છે. ઉલટી ઘણી વખત થાય છે. ઉલટીમાં ઇથરની વાસ આવે છે. દરદીનું માથુ દુખે છે, અને નાડીના ધબકારા વધી સ્હેજ ગરમી પણ વધે છે. ઇથર હંમેશાં ટીપે ટીપે આપવું. ઇથર બરોબર બનાવેલી માસ્ક ઉપર આપવું.

કલોરોફોર્મ—Chloroform—કલોરોફોર્મ એ એક પ્રવાહી દવા છે. તે મીઠી અને સુંગંધવાળી દવા છે, તેને દીવા પાસે રાખવી નહિ. કારણકે તે સળગી ઉઠે છે. કલોરોફોર્મ એક રૂમાલ ઉપર છાંટી દરદીને સુંઘાડવામાં આવે છે. તેમજ કલોરોફોર્મ સુંઘાડવાના માટે તૈયાર માસ્ક આવે છે. તેમજ ઇનહેલર જુદી જુદી બનાવટની

આવે છે. ક્લોરોફોર્મ બહુ એકદમ રેડી દેવું નહિ. પરંતુ ત્રીસ ત્રીસ ટીપાં સાથે નાખવા. દરેક મિનિટે ત્રીસ ત્રીસ ટીપાં આપવાં. દરદી ગુંગળાય નહિ તેમ આપવું.

ક્લોરોફોર્મ આપતી વખતે હૃદય બંધ પડી જાય છે. તે અકસ્માત ટાળવા માટે પોસોપીન ચામડી વાટે પિચકારીથી આપવું. જેમ ઓછું અપાય તેટલું ઓછું આપી દરદીને તેવી અસર નિચે બરોબર રાખવો. હૃદય જરાક નબળું જણાય તો એટ્રોપીનસ્ટ્રીક નાઇનનું ઈંજીકશન આપવું.

એ રીતે દરદીને બેભાન કર્યા પછી દાકતરે પોતે ઓપરેશન કરવાનું શરૂ કરી દેવું. ઓપરેશન કરતાં પહેલાં તેણે અને તેના મદદનિશે કેટલીક તૈયારી કરવી પડે છે. હથિયારોની જરૂર હોય તે સઘળા હથિયારો ઉકાળી સ્વચ્છ રાખવાં. દાક્તરના બંન્ને હાથ સાફ કરવા. તેની ઉપરના નખ ઝીણામાં ઝીણા કાપવા.

નખની આસપાસની નકામી ચામડી હોય તે કાઢી નાખવી. ચિકાશ અને ધૂળ નખના કોઈપણ ભાગમાં રહેવી જોઈએ નહિ. ઓપરેશન કરતી વખતે બધાં કપડાં નવા અને સ્વચ્છ પહેરેલાં હોવા જોઇએ. તે કપડાં ખુલાં, અનુકુળ, અને સફેદ રાખવાં. તેના ઉપર એક ઝભ્ભો પહેરી લેવો. માથે ટોપી બાંધવી. મોં અને નાક આગળ કપડું બાંધી લેવું.

હાથ પ્રથમ સાબુ અને ગરમ પાણીથી ૨૦ મિનિટ સુધી બ્રશની મદદથી ધોવાં આંગળીઓની કડચલીઓમાં, અને નખની નજીકમાં ધ્યાન ખાસ આપવું. હાથને બ્રશથી સાફ કર્યા પછી "બાઈ-ક્લોરાઈડ ઓફ મરકયુરી"ના બેહજારના પ્રવાહીમાં હાથ પાંચ મિનિટ સુધી બોળવો. કેટલાક પોટાસ પરમેંગનેટ પણ વાપરે છે. પરંતુ તેના ડાઘા ઓકઝેલીક એસીડ નામની દવાથી જતા રહે છે. ઓપરેશન વખતે એ રીતે હાથ ધોઈ, કામ કરતી વખતે ઝભ્ભો પહેરી લેવો.

હાથ ઉપર ફાવે તો રબરના મોજાં પહેરી લેવાં અને પછી ઓપરેશન શરૂ કરવું. બારીની નજીક ઓપરેશન ટેબલ રાખવું. દરદી ઉલટી કરે તે માટે વાસણો તૈયાર રાખવાં. ટેબલ ઉપર કપડું ગોઠવી હથિઆર અનુક્રમે ગોઠવી રાખવાં. પાટો, રૂ, લીંટ, ગોઝ વિગેરે સામાન સ્વચ્છ કરી તૈયાર રાખવો. લોશન તૈયાર રાખવું.

જે ભાગ ઉપર ઓપરેશન કરવું હોય, તે ભાગના વાળ કાઢી નાખવા. પેટ ઉપર ઓપરેશન કરવું હોય, તો આખા પેટ ઉપરના અને ગુહ્યભાગના પણ વાળ કાઢવા. પછી દસ મિનિટ સુધી બ્રશ વડે સાબુ ચોપડી સાફ કરવું. પછી ગોઝના કપડાંવડે ચામડીને ગરમ પાણી અને સાબુથી ધોવી. પાણી સાફ લૂછી નાંખી, ચામડી કોરી કરી દારૂ, અથવા ઇથરવડે તે ભાગ સાફ કરવો. પછી બાઇકલોરાઇડ ઓફ મરકયુરીના પ્રવાહીવડે તે ભાગ ધોઇ નાંખવો. તેને કોરૂં કરી ઉપર લીંટ લગાડવું. રૂઉ મુકી પાટો બાંધી દેવો. આ પાટો ઓપરેશન કરતી વખતે ખોલવો. તે વખતે ફરીથી પાછું ઉપર પ્રમાણે ધોવું. ત્યારબાદ છેવટે આયોડીન લગાડી ઓપરેશન શરૂ કરવું. એ રીતે શરીરના અમુક અમુક ભાગ ઉપર ઓપરેશન કરતી વખતે અમુક તયારી કરવી પડે છે.

દરદીને ઉપર પ્રમાણે તૈયાર કરી ઑપરેશન ટેબલ ઉપર સુવાડવો. ઑપરેશન કરવાની જુદી જુદી જગ્યો પ્રમાણે ઑપરેશન ટેબલની જુદી જુદી સ્થિતિ કરવી પડે છે. શરીરના આગલા ભાગ ઉપર ઓપરેશન કરવું હોય તો દરદીને વાંસાભર સુવાડવો. ગુદાના અને ગુહ્ય અવયોના ભાગ ઉપર ઓપરેશન કરવું હોયતો વાંસાભર સુવાડી પગ ઉંચા રાખવા.× સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયના દરદોમાં ટ્રેનેડેલીંબર્ગ પોઝીશનમાં સુવાડવામાં આવે છે. ઓપરેશન દરમિઆન દરદીને ઓઢાડી રાખવું જોઇએ.

જે વખતે દાક્તર પોતાનો હાથ ધોવે, તે દરમિઆન સેવિકાએ

× Lithotomy position.

ઓપરેશન રૂમની અંદર બરોબર તૈયારી કરી રાખવી. પછી સેવિકાએ પોતે પોતના હાથ ધોઇ, ઓપરેશનના કામમાં લગતી બધી ચીજો ઉકાળી સ્વચ્છ કરી દેવી. ગોઠવી તૈયાર રાખેલાં હથિયારોને અડકવું નહિ. ઓપરેશન રૂમ માળ ઉપર હોવો જોઇએ, તેમાં પુષ્કળ હવા, અને અજવાળું આવવા માટે બારીઓ રાખવી. ઓપરેશન ટેબલ ઉપર વિજળીની બત્તી મુકવી. ઓપરેશન રૂમની ભીંતોનો સઘળો ભાગ ધોઇ શકાય તેવો હોવો જોઇએ. તેના ખૂણા ગોળ બનાવવા- રૂમની ગરમી બરોબર સાચવી રાખવી અને તે જોવાને માટે ગરમી માપવાનું યંત્ર મુકવું.

ઓપરેશન કરી રહ્યા પછી ઘા ઉપર લીંટનું કપડું મુકી, રૂ મુકવું, પછી પાટો બાંધી દેવો. આ બધો સામાન કોરી ગરમીથી જંતુરહિત કરેલો હોવો જોઇએ. ઓપરેશન કરતી વખતે જે ટ્રે અગર ચાટીઓ વપરાય છે, તે ગોળ, ચોરસ અથવા ગુર્દાના આકારની હોય છે, મોટા ગોળ બોલ અને ગીંડીઓ પણ વપરાય છે. પાણી લેવા માટે એલ્યુમીનીયમ ચડાવેલા જગ, અને બાલટીઓ ઢાંકણાવાળી વપરાય છે. ટાંકા મારવા માટે રેશમ, કેટગટ, ઘોડાના વાળ, રૂપા અને સોનાના તાર વપરાય છે. તે બધું જંતુ રહિત સ્વચ્છ અગાઉથી કરી રાખવું. ઓપરેશન ચાલતું હોય તે દરમિઆન ઉપર પ્રમાણેની મદદ કર્યાં પછી સેવિકાએ દરદીની પથારી તૈયાર કરવી. પથારી ઉપર ગરમ પાણીની થેલી મુકવી. મુત્રાશય ઉપર ઓપરેશન કર્યું હોય, તો ઓશીકું ઉંચું રાખવું અને લોહી પુષ્કળ નીકળી ગયું હોય તેવા ઓપરેશનમાં ઓશીકું નિચું રાખી પાંગત ઉંચી રાખવી. ઓપરેશન ટેબલ ઉપરથી દરદીને પૈડાવાળી સ્ટ્રેચર ઉપર લઇ, તેની પથારી પાસે લઇ જવો. અને ધીમેથી સુવાડી દેવો. સ્વચ્છ હવા તેના મોં ઉપર આવે તેમ કરવું અને પ્રથમથી મુકેલી ગરમ પાણીની થેલીઓ લઇ લેવી. દરદી ઘેનમાંથી જાગે તે વખતે કોઇ કોઇને ઉલટી થાય છે, તે સોડા આપવાથી શાંત પડે છે. ઓપરેશન કર્યાં પછી પાટો

બાંધવામાં આવ્યો હોય, તેમાંથી કોઈ વખત રક્તશ્રાવ થાય છે. તે માટે સેવિકાએ ઓપરેશન પછી ત્રણ કલાક પાટા ઉપર ધ્યાન રાખવું. કેટલાક દરદીને તરશ લાગે છે તેવે વખતે તેને ફક્ત એકાદ ચમચો ગરમ પાણી આપવું. એકાદ બે ચમચા ચાના આપી શકાય છે. પરંતુ ભયંકર ઓપરેશનમાં કંઇ પણ અપાતું નથી એટલે દરદીની તરશ છીપાવવા માટે ગુદાવાટે મીઠાનું પાણી પ્રમાણસર આપવું. દદદીને બહુ દરદ થાયતો મોરફીયાની પિચકારી મુકવી. ઓપરેશન પછી ૨૪ કલાક ખોરાક આપવો નહિ, પરંતુ ચા અને ગરમપાણી આપવું. પછીના ત્રણ દિવસ પ્રવાહી ખોરાક આપવો. અને ચોથા દિવસ પછી કઠણ ખોરાક આપવો. ઓપરેશન પછી દરદી ક્યારે પેસાબ કરે છે તે ધ્યાન રાખવું, આઠ કલાકની અંદર જો પેસાબ ન થાય તો પેસાબ કરાવવો. ઓપરેશન કર્યા પછી નબળાઇ આવે અને ઉંઘ ન આવે તો ઉંઘની દવા આપવી. ઓપરેશન કર્યા પછી જો ઉધરસ આવે તો તેની ખાસ નોંધ રાખવી. કારણ ક્યારેક તે ઉધરસ ન્યુમોનીયાની પણ હોય છે.

પ્રકરણ ૧૫ મું.

સગર્ભા સ્ત્રી અને નાના બાળકની સારવાર.

બાળકના જન્મ્યા પછીની સારવારનો વિભાગ એ મહત્વનો વિષય છે. સેવિકાએ પોતાની પાસે નીચેની વસ્તુઓ તૈયાર રાખવી.

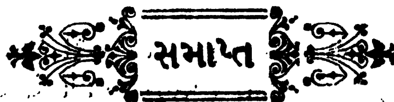
૨ થર્મોમેટર.

૧ ચામડીવાટે દવા લગાડવાની પિચકારી અને તેની સોયો.

૧ કાતર, ૧ ચિપિઓ, ૧ વસ્તુઓ આપ લે કરવાનો ચિપિઓ ૧, જોડી એક રબરના મોજાં.

૧ ઝાડાવાટે મુકવાની પિચકારી, ૧ ઝબ્બો, એ રીતે ચીજો પાસે રાખવી.

સગર્ભા સ્ત્રીના કપડાં ઝીણું અને ગરમ રાખવાં. કોઇપણ કપડું ટાઇટ તસોતસ પહેરવું નહિ. પેસાબ અને ઝાડાની બરોબર સંભાળ રાખવી. ગરમ પાણીથી હંમેશાં સ્નાન કરવું. માનસિક અને શારીરિક શ્રમ બહુજ ઉઠાવવો નહિ, દાંતની સંભાળ રાખવી. બાળકની જન્મતી વખતે તેની ગરમી ૯૯ ડીગ્રી હોય છે તેની નાડી ૧૨૦ થી ૧૪૦ હોય છે. અને શ્વાસ એક મિનિટે ૪૦ હોય છે. બાળકનું નાળ બરોબર સ્વચ્છ રાખવું. શરૂઆતના દિવસોમાં બાળકોનો ઝાડો કાળો આવે છે. પેસાબ જન્મ થતાંની સાથેજ કરે છે. બાળકનું વજન જન્મતી વખતે સોળ પાઉન્ડનું હોય છે, પહેલા અઠવાડીઆમાંથી વજન ઓછું થઇ, બીજા અઠવાડીઆ પછી વધવા માંડે છે, નાનું બાળક જન્મે તે વખતે તેને નવરાવવામાં આવે છે. પ્રથમ તેને તેના શરીર ઉપર તેલ ચોળવું, (ઓલાઇવ) તે બાળકની આંખમાં જવા દેવું નહિ. તેનાથી બાળકની ચિકાશ જતી રહે છે. ગરમ સુંવાળા ટુવાલથી લૂછી નાંખવું, બાળકનું નાળ સ્વચ્છ રીતે પેટ ઉપર બાંધી દેવું, બાળકની આંખો સાફ રાખવી. બાળકને તેડતી વખતે તેનું માથું ઝાલી રાખવું. જ્યાં સુધી નાળ ખરે નહિ, ત્યાંસુધી બાળકને નવરાવવું નહિ. દરેક ત્રણ કલાકે બાળકને ધવરાવવું. બાળકને જન્મે કે તુરત ધવરાવાતું નથી અને તેથી તેને પ્રથમ ગળથુંથી ઉપર રાખવું. ત્રીજે દિવસે બાળકને ધવરાવવું. બાર માસ પછી ધવરાવવું બંધ કરી ખોરાક ઉપર ચડાવવું.



લોકપ્રિય વૈદ્યક પુસ્તકો.

બિનજરૂરી ખર્ચો બચાવી નીચલાં પુસ્તકો જરૂર રાખો

ઘરવૈદું—(Family Medicine)૭મી આ. વૈદ્યકનો ગ્રંથ. ૬-૦.

સારી સંતતિ—સદાચારી બાળકો ઉત્પન્ન કરવાનું શાસ્ત્ર. ૨-૦.

ધાત્રીશિક્ષા—ગર્ભાવસ્થા, પ્રસવ, સુવાવડ, બાળઉછેર સંબંધી. ૨-૦.

રોગીપરિચર્યા—દરદીનીસારવાર, માંદાની માવજતનું પુસ્તક. ૨-૦.

બાળકોનો વૈદ્ય—બાળકો ઉછેરવાં, તેમનાં દરદો ને ઉપાયો. ૨-૦.

યુવાવસ્થાનો શિક્ષક—યુવાન સ્ત્રી પુરૂષોનો સલાહકાર. ૧-૮

નિર્બળતા—યુવાન વર્ગની ભૂલો બતાવનારૂં પુસ્તક. ૦-૮-૦

વાજીકરકલ્પતરૂ-પુરૂષત્વ પ્રાપ્ત કરાવવાના ઉપાયો, ૦-૬-૦

બ્રહ્મચર્ય-કેમ પાળી શકાય તેની સમજણ. ૦-૪-૦

આરોગ્ય અને આચારોની એકવાકયતા. ૦-૨-૦

સાસરે જતી પુત્રીને માની શિખામણ. ૦-૧-૬

ખાનપાન ભાગ ૧-૨-ખોરાક કેમ, કયારે, કેવો કેટલો લેવો. ૨-૦-૦

જ્વરચિકિત્સા-તાવના દરેક પ્રકારો અને ઇલાજો. ૨-૦-૦

આંખના સામાન્ય રોગો-દર્દોની સમજણ, સારવાર. ૧-૪-૦

અનુભૂત ચિકિત્સા પદ્ધતિ-અનુભવસિદ્ધ ઉપાયો. ૧-૮-૦

ક્ષયચિકિત્સા-ક્ષયવિષે તમામ માહીતી આપનારૂં પુસ્તક. ૧-૮-૦

પુરૂષત્વ સંરક્ષણ-વર્તમાનપત્રોએ વખાણેલું અગત્યનું. ૧-૮-૦

મેલેરીઆ તાવો-ટાઢીઆતાવની જાતો અટકાવવાના ઉપાયો. ૦-૧૨ ૦

આરોગ્ય રહેવાના ઉપાય-નવી આવૃત્તિ બહાર પડી છે. ૦-૨-૦

ક્ષયરોગ નિવારણ-કારણ, લક્ષણ, ઉપાયો. ૧-૮-૦

રસપિંડ ચિકિત્સા-રસપિંડ બાબતનું જ્ઞાન ૧-૦-૦

મળવાનાં ઠેકાણાં—

ગુજરાત આયુર્વેદિક ફાર્મસી, અમદાવાદ, મુંબાઈ, સુરત.